



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

#PuhutaanSeksistä - tyttöryhmä 9.-luokkalaisille

Lehmonen, Roosa
Perämäki, Kirsi

2015 Porvoo

Laurea-ammattikorkeakoulu
Porvoo

#PuhutaanSeksistä -
tyttöryhmä 9.-luokkalaisille

Lehmonen Roosa
Perämäki Kirsi
Hoitotyön koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2015

Lehmonen Roosa, Perämäki Kirsi

#PuhutaanSeksistä - tyttöryhmä 9.-luokkalaisille

Vuosi	2015	Sivumäärä	51
-------	------	-----------	----

Suomalaisten nuorten seksuaaliterveys ja seksuaaliterveyteen liittyvät tiedot ovat viime vuosina tutkitusti heikentyneet. Sukupuolielämä alkaa yhä nuoremmalla iällä, mikä on yhdistetty monien psykososiaalisten ongelmien, kuten masentuneisuuden, ilmenemiseen. Nuorten riskikäyttäytyminen eli erilaisille vaaroille altistava käyttäytyminen on yleistynyt viime vuosina ja se on Suomessa yleisempää kuin kehittyneissä maissa keskimäärin. Nuorena aloitettu riskikäyttäytyminen on yhteydessä riskikäyttäytymiseen myös aikuisena, minkä vuoksi nuoren itsetunnon tukeminen on ensisijaisen tärkeää.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tukea yläasteikäisten tyttöjen itsetunnon kehittymistä ja vahvistumista keskustelemalla heidän kanssaan seksuaalisesta kehityksestä ja seksuaalioikeuksista tyttöryhmässä. Opinnäytetyön tavoitteina oli tuottaa tyttöryhmän #PuhutaanSeksistä-sisältö sekä pilotoida #PuhutaanSeksistä-tyttöryhmämalli. 9.-luokkalaisista tytöistä koostunut suljettu pienryhmä kokoontui itä-uudenmaalaisella yläkoululla viisi kertaa viiden viikon aikana, tammi-helmikuussa 2015. Tapaamiset kestivät tunnin kerrallaan. Tyttöryhmän tapaamiset olivat tavoitteellisia, ja tavoitteisiin pääsyä arvioitiin ryhmätilanteita havainnoimalla. Ryhmässä käytettiin erilaisia opetusmenetelmiä kuten ryhmätöitä, julisteita, tarinoita ja vierailua ehkäisyneuvolassa.

Jokaisella ryhmätapaamisella oli ennalta valittu aihe, joista yhdessä muodostui monipuolinen kokonaisuus nuoren seksuaaliterveydestä. Tapaamisten sisällöt suunniteltiin joustaviksi tyttöjen toiveiden ja ryhmän tarpeiden mukaan. Tapaamisten aiheet valittiin aikaisemman nuorten seksuaaliterveyteen liittyvän tutkimustiedon perusteella.

Tässä opinnäytetyössä tyttöryhmän tarpeellisuutta arvioitiin havainnoinnin ja viimeisellä tapauksella täytettyjen nimettömien palautelomakkeiden avulla. Kaikki tytöt kokivat ryhmässä toimimisen mielekkääksi ja tapaamisissa käsitellyt aiheet itselleen ajankohtaisiksi. Kaikki tytöistä vastasivat saaneensa hyödyllistä tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä aiheista, mutta vain osa koki, että tieto oli heille uutta. Suurin osa tytöistä koki, että tapaamiskertoja ei ollut riittävästi. Ohjaajien toiminta ryhmässä koettiin hyväksi.

Tavoitteessa tuottaa tyttöryhmän sisältö ja pilotoida tyttöryhmän malli onnistuttiin huolellisten valmistelujen ja tarkan suunnittelun ansiosta erinomaisesti. Ryhmän sisältö toteutettiin monipuolisena ja pilotointi onnistui. Havaintojen ja palautelomakkeiden pohjalta voidaan todeta, että yläkouluikäisten tyttöjen seksuaalisen kehityksen tukeminen kouluterveydenhuollon ja opetussuunnitelman tarjoaman informaation lisäksi on erittäin tärkeää.

Asiasanat: tyttöryhmä, ryhmän ohjaaminen, seksuaalisuuden kehitys, itsetunto

Lehmonen Roosa, Perämäki Kirsi

#Let'sTalkAboutSex - group for girls on the ninth grade

Year	2015	Pages	51
------	------	-------	----

The level of sexual health knowledge among Finnish youth has deteriorated. Sexual life starts earlier in the youth and this has been associated with the onset of different psychosocial disorders such as symptoms of depression. The incidence of risk behavior in adolescences i.e. behavior making one exposed to different types of danger, has risen within past years and is more prevalent in Finland than in other developed countries. The risk behavior started in adolescence predicts the risk behavior in adulthood, therefore the support for adolescent's self-esteem is of essential importance.

The goal of this functional study was to support the development of self-esteem amongst Finnish upper elementary school girls by discussing the development of sexuality and sexual rights in a group for girls. The aim of the study was to produce informational content for the group for girls “#PuhutaanSeksista” (#Let'sTalkAboutSex) and form a pilot group. The closed group consisted of 9th grade girls, and one hour long meetings were held five times over a five week period, in January and February 2015. Each meeting had a specific goal and the success in achieving that goal was evaluated by observation of group behavior in different situations. The group meetings included different educational methods such as group activities, posters, storytelling and a visit to a contraception clinic.

Every group meeting had a set topic and the combination of topics formed a good overall understanding of the youth's sexual health. The informational content of the meetings was designed to be flexible, based on the girls' wishes and necessities. The topics of the meetings were chosen based on previous studies of sexual health in adolescence.

In this study, the necessity of the sexual health group designed for girls was evaluated by observation of the meetings and by anonymous questionnaire gathered in the final meeting. All the girls found the group meetings pleasant and the topics covered in the meetings relevant to themselves. All the girls agreed that they had acquired useful information related to sexual health, but only a part of the girls claimed that the information was new to them. The majority of the girls felt that the number of the group meetings was not sufficient. The performance of the group supervisors was reported to be good.

The aim to produce informational content for the “#Let'sTalkAboutSex” group and form a pilot girl group was successfully achieved due to the careful preparation and accurate design of the meetings. Both the informational content of the meetings and the pilot group model were successful. Based on the observation of the meetings and the questionnaire, we conclude that the additional support group provided for upper elementary school girls is of major importance, along with the support normally provided by school health system and the information included in curriculum.

Keywords: girl group, group instruction, sexual development, self-esteem

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet	7
3	Yläkoululaisten seksuaalikasvatus.....	7
3.1	Seksuaalikasvatusta koskevat lait ja asetukset	7
3.2	Seksuaalikasvatus opetussuunnitelmassa	8
4	Nuoren kehitys.....	9
4.1	Fyysinen kehitys	9
4.2	Psyykkinen kehitys	10
4.3	Sosiaalinen kehitys	11
5	Nuoren seksuaalinen kehitys	12
5.1	Seksuaalisuuden portaat	13
5.2	Seksuaalisen kehityksen riskitilanteet.....	14
6	Ryhmän toiminta	16
6.1	Ryhmän kehitysvaiheet.....	16
6.2	Ohjaajan merkitys ryhmässä	17
7	Tyttöryhmän toteutus	18
7.1	Ryhmän kuvaus	19
7.2	Yläkoulu tyttöryhmän toteutusympäristönä	19
7.3	Ryhmätapaamisten kuvaus	20
7.3.1	Kaveri- ja seurustelusuhteet	21
7.3.2	Seksuaalisuuden portailla	22
7.3.3	Seurusteluväkivalta	23
7.3.4	Raskauden ehkäisy ja sukupuolitaudit.....	24
7.3.5	Itsetunto ja minäkuva	25
8	Arviointi.....	25
8.1	Aineistonkeruumenetelmät.....	26
8.2	Ryhmään osallistuneiden tyttöjen palaute ryhmätapaamisista	26
8.3	Luotettavuuden tarkastelu	27
9	Pohdinta	29
	Lähteet	31
	Taulukot	35
	Liitteet.....	42

1 Johdanto

Lasten ja nuorten seksuaalisen kehityksen tukeminen on merkittävä osa-alue koulun opetustyössä ja kouluterveydenhuollossa. Valtakunnallinen tavoite on, että lapsi kehittyy omaa ja toisten seksuaalisuutta ymmärtäväksi, vastuulliseksi aikuiseksi, joka pystyy luomaan läheisiä ihmissuhteita ja kokemaan seksuaalielämänsä mahdollisimman onnelliseksi ja tasapainoiseksi. Suomalaisten nuorten seksuaaliterveys on viime vuosina tutkitusti heikentynyt, joskin kansainvälisesti vertaillen tilanne Suomessa on edelleen hyvä. Nuorten sukupuolielämä alkaa yhä nuorempana, mikä on yhdistetty monien psykososiaalisten ongelmien, kuten masentuneisuuden, ilmenemiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 54.)

Maailman terveysjärjestö WHO:n vuonna 2002 julkaisemien seksuaalioikeuksien mukaan jokaisella ihmisellä on oikeus saada opetusta ja kokonaisvaltaista seksuaalikasvatusta. Seksuaalikasvatuksen on oltava ikään soveltuvaa, näyttöön perustuvaa, kulttuurisesti asiantuntevaa ja perustuttava ihmisoikeuksiin, sukupuolten tasa-arvoon ja myönteiseen käsitykseen seksuaalisuudesta. (Kontula & Meriläinen 2007.) Vuonna 2013 tehdyn kouluterveyskyselyn mukaan vain 20 prosenttia 8.- ja 9.-luokkalaisista tytöistä koki omat seksuaaliterveyteen liittyvät tietonsa hyviksi. Kyselyn mukaan viimeisen viiden vuoden aikana tyttöjen tiedot seksuaaliterveyteen liittyen ovat heikentyneet 5 prosenttiyksikköä. (Thl 2013.) Juopperin (2012) tekemään tutkimukseen vastanneista 9.-luokkalaisista tytöistä suurin osa ajatteli seksiasioiden olevan omalla kohdallaan ajankohtaisia. Tutkimuksen mukaan 72 prosenttia tytöistä oli sitä mieltä, että sukupuoliyhdyntä kuuluu ikäistensä seurusteluun (Juopperi 2012).

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisemassa seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelmassa on koottu yhteen vuosien 2014-2020 tavoitteet seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämiseksi. Toimintaohjelman ensimmäisenä painopisteenä ovat lapset ja nuoret. Tämä on hyvin perusteltua, sillä toimintaohjelman väliarvioinnissa nousi esiin paljon asioita, jotka liittyvät nimenomaan lasten ja nuorten seksuaalikasvatukseen. Tulevaisuuden haasteista esiin nousevat seksuaalikasvatuksen sisällyttäminen varhaiskasvatukseen ja perusopetukseen, seksuaalisen väkivallan vastainen työ, seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen huomioiminen sekä ei-toivottujen raskauksien ja seksitautien ehkäisy. (Thl 2014a, 3,10.)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on tukea yläasteikäisten tyttöjen itsetunnon kehittymistä ja vahvistumista keskustelemalla heidän kanssaan seksuaalisesta kehityksestä ja seksuaalioikeuksista tyttöryhmässä. Opinnäytetyön tavoitteina on tuottaa tyttöryhmän #PuhutaanSeksistä-sisältö ja pilotoida #PuhutaanSeksistä-tyttöryhmämalli. Tyttöryhmän tapaamisia järjestetään viisi kertaa viiden viikon aikana keväällä 2015. Tyttöryhmä toteutetaan yhteistyössä itä-uudenmaalaisen yläkoulun kanssa.

2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on tukea yläasteikäisten tyttöjen itsetunnon kehittymistä ja vahvistumista keskustelemalla heidän kanssaan seksuaalisesta kehityksestä ja seksuaalioikeuksista.

Opinnäytetyön tavoitteina on

1. tuottaa tyttöryhmän #PuhutaanSeksistä-sisältö
2. pilotoida #PuhutaanSeksistä-tyttöryhmämalli

3 Yläkoululaisten seksuaalikasvatus

Suomessa koululaiset ovat oikeutettuja kouluterveydenhuoltoon, josta säädetään terveydenhuoltolaissa. Kouluterveydenhuoltoon kuuluu seksuaalineuvonta ja yläkouluikäisille myös neuvonta ehkäisystä. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2014.) Kun sukupuolielämän aloittaminen on nuorelle ajankohtaisia, on tärkeää, että kouluterveydenhuollon palvelut ovat tarjolla ensimmäisenä, helposti lähestyttävänä kontaktina. Nuori voi saada kouluterveydenhuollosta muun muassa maksuttomia kondomeja sekä tietoa ehkäisypillereistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 56.)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet on opetushallituksen johtokunnan hyväksymä suunnitelma, jonka perusteella paikallinen opetussuunnitelma laaditaan. Opetussuunnitelman perusteissa on laadittu opetuksen keskeiset sisällöt ja tavoitteet, joita paikallisessa opetussuunnitelmassa tulee vielä täsmentää ja täydentää. Vastuu opetussuunnitelman laadinnasta ja kehittämisestä on opetuksen järjestäjällä. Opettajan tulee noudattaa opetuksen järjestäjän vahvistamaa opetussuunnitelmaa. (Opetushallitus 2004, 8.)

3.1 Seksuaalikasvatusta koskevat lait ja asetukset

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Maailman terveysjärjestö (WHO), Euroopan aluetoimisto ja Saksan liittovaltion terveystieteiden tutkimuskeskus (BZgA) ovat koonneet seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Standardien tarkoituksena on edistää kokonaisvaltaista seksuaalikasvatusta ja tarjota käytännön apua sopivien seksuaalikasvatusohjelmien kehittämiseen koko Euroopan alueella. Standardeissa kerrotaan, mitä lasten ja nuorten tulisi tietää ja ymmärtää kussakin ikävaiheessa, millaisia tilanteita ja haasteita heidän tulisi hallita ikävaihe huomioiden ja mitä arvoja ja asenteita heille täytyy kehittyä, jotta seksuaalisuus kehittyisi oikealla, terveellä tavalla.

Standardeja voidaan käyttää erilaisten seksuaalikasvatusohjelmien kehittämiseen. (Maailman terveysjärjestö WHO, Euroopan aluetoimisto & BZgA 2010, 3,7.)

Kouluterveydenhuollosta säädetään terveydenhuoltolaissa. Kunnan tehtävänä on järjestää kouluterveydenhuolto alueellaan asuville oppilaille. Kouluterveydenhuollon laatu- ja palvelutaso varmistetaan valtakunnallisella yhteisellä suosituksella. Valtioneuvoston asetuksen (§8) mukaan yläkouluikäisenä oppilaan tulee saada vuosittain kouluterveydenhoitajan tarkastus, johon kuuluu kasvun ja kehityksen sekä terveyden ja hyvinvoinnin seuraaminen ja edistäminen. Kahdeksannella luokalla terveystarkastus on laaja. Laajaan terveystarkastukseen kuuluvat lääkärintarkastus sekä suun terveystarkastus. Kouluterveydenhuoltopalveluihin kuuluvat lisäksi neuvonta ehkäisystä ja muu seksuaalineuvonta. Ehkäisy- ja seksuaalineuvonta on mahdollista järjestää myös osana muita palveluja. (Thl 2014b.)

Suomessa koululaiset ovat oikeutettuja maksuttomaan oppilashuoltoon. Oppilashuollolla tarkoitetaan oppilaan hyvän oppimisen, hyvän fyysisen ja psyykkisen terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistä ja ylläpitämistä. Oppilashuoltoa toteutetaan ensisijaisesti ennaltaehkäisevänä, koko kouluyhteisöä tukevana yhteisöllisenä oppilashuoltona. Yhteisöllisen oppilashuollon lisäksi oppilaalla on oikeus myös yksilökohtaiseen oppilashuoltoon. (Finlex 2013.) Monialainen yhteistyö oppilashuollossa on keskeistä. Opetuksen järjestäjän tehtävänä on asettaa koulukohtainen oppilashuoltoryhmä, joka koostuu eri asiantuntijoista, kuten kouluterveydenhoitajasta, kuraattorista, psykologista ja opettajista. Oppilashuoltotyötä ohjaavat luottamuksellisuus ja kunnioittava suhtautuminen oppilaaseen ja huoltajaan. Perusopetuksen oppilashuollosta säädetään oppilas- ja opiskelijahuoltolaissa. (Opetushallitus 2014.)

3.2 Seksuaalikasvatus opetussuunnitelmassa

Seksuaaliopetuksella tarkoitetaan seksuaalisuuteen liittyvien asioiden käsittelyä oppilasryhmässä. Seksuaaliopetuksen perustana toimii opetussuunnitelma, ja opetusta käydään osana eri oppiaineita. Yläkoulussa seksuaaliopetus kuuluu osaksi terveystietoa ja biologiaa. (Väestöliitto 2014a.) Kun terveystieto tuli itsenäisenä oppiaineena osaksi opetussuunnitelmaa 2004, myös seksuaaliopetukseen käytetty tuntimäärä lisääntyi (Kontula & Meriläinen 2007, 124).

Terveystiedon opetus vuosiluokilla 7-9 järjestetään itsenäisenä oppiaineena. Perusopetuksen opetussuunnitelman mukaan terveystiedon opetuksen tarkoituksena on edistää oppilaiden terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta tukevaa osaamista. Nuoren tulee ymmärtää terveys fyysiseksi, psyykkiseksi ja sosiaaliseksi toimintakyvyksi. Opetuksessa tulisi kehittää nuoren tietoja ja taitoja terveydestä, terveystottumuksista ja sairauksista sekä kehittää valmiuksia vastuunottoon ja toimintaan sekä oman että toisten terveyden ylläpitämiseksi. (Opetushallitus 2004, 200.)

Perusopetuksen opetussuunnitelmassa terveystiedon opetuksen tavoitteissa on huomioitu seksuaalisuus osana terveystiedon opetusta. Terveystiedon keskeisiin sisältöalueisiin kuuluvat nuoruuden kehityksen erityispiirteet ja -tarpeet sekä kehittyvä seksuaalisuus. Seksuaaliterveyden sisältönä tulee olla ihmissuhteet, seksuaalisuus, käyttäytyminen ja niihin liittyvät arvot ja normit. Oppilaiden tulee saada tietoa ehkäisyn merkityksestä ja erilaisista ehkäisymenetelmistä, vastuullisesta seksuaalikäyttäytymisestä sekä erilaisista tartuntataudeista, kuten sukupuolitaudeista. (Opetushallitus 2004, 202.) Piironen (2006) tekemän tutkimuksen mukaan nuoret suhtautuvat myönteisesti koulun antamaan seksuaalikasvatukseen, ja sitä toivotaan aikaisempaa enemmän.

7.-9. vuosiluokilla seksuaalisuutta käsitellään myös osana biologian opetusta. Biologian opetuksessa oppilaan on tarkoitus omaksua ihmisen perusrakenne ja keskeiset elintoiminnot sekä ymmärtää seksuaalisuuden biologinen perusta. Seksuaalisuuden biologiseen perustaan kuuluvat muun muassa lisääntyminen sekä perimän ja ympäristön merkitys ihmisen ominaisuuksien kehittymisessä. (Opetushallitus 2004, 180.)

4 Nuoren kehitys

Murrosikä eli puberteetti kestää 2-5 vuotta, jonka aikana nuori kehittyy biologisesti ja fysiologisesti lapsesta aikuiseksi. Murrosikä alkaa tytöillä keskimäärin 9-12-vuotiaana ja pojilla muutamaa vuotta myöhemmin, ja sen aikana alkaa sukupuolinen ja seksuaalinen kypsyminen. (Aalberg & Siimes 2007, 15.) Murrosiässä kehitystä tapahtuu fyysisten muutosten lisäksi nuoren persoonallisuudessa, tunne-elämässä, ajattelussa, moraalissa sekä seksuaalisuudessa (MLL 2014a).

Nuoruusikä käsittää ikävuodet 12-22 ja se tarkoittaa psyykkistä kehitysvaihetta, joka sijoittuu lapsuuden ja aikuisuuden väliin. Nuoruusiän katsotaan yleensä alkavan murrosiästä. (Aalberg & Siimes 2007, 15.) Nuoruusikä jaotellaan karkeasti kolmeen eri vaiheeseen: varhaisnuoruuteen, varsinaiseen nuoruuteen ja jälkinuoruuteen (Aalberg & Siimes 2007, 68). Nuori voi löytää uuden identiteetin vasta, kun hän on irrottautunut lapsuudestaan. (Aalberg & Siimes 2007, 15.)

4.1 Fyysinen kehitys

Murrosikä alkaa hormonitoiminnan muutoksista. Väliaivojen pohjassa sijaitseva hypothalamus erittää gonadotropiineja vapauttavaa hormonia jo vastasyntyneellä. Tämän jälkeen hypothalamus pitää GnRH-hormonin tuotannosta taukoa, kunnes se murrosiässä aktivoituu uudelleen, osittain tuntemattomasta syystä. Gonadotropiinit käynnistävät sukupuolielinten kehittymisen lopulliseen muotoonsa. Sukurauhaset tuottavat sukupuolihormoneja, munasarjat estrogeenia ja

kivekset testosteronia. Kun sukupuolihormoneja on erittynyt riittävästi, käynnistyy sekundaaristen sukupuolitunnusmerkkien kehittyminen. (Sinkkonen 2010, 24.)

Murrosiässä tyttöjen fyysinen kehitys alkaa tavallisesti paria vuotta aikaisemmin kuin poikien. Tytöillä yleensä ensimmäisiä fyysisiä murrosiän merkkejä on rintojen kasvaminen, joka kestää 3-5 vuotta. Muita murrosiän fyysisiä muutoksia tytöillä ovat häpykarvoituksen kasvaminen, ihon rasvoittuminen, pituuskasvun kiihtyminen, lihasten kasvaminen sekä rasvakudoksen lisääntyminen. Kuukautiset alkavat suomalaisilla tytöillä keskimäärin 13-vuotiaana, mutta niiden alkamisajankohtaan vaikuttavat eri tekijät, kuten perimä. Kuukautiset ovat usein aluksi epäsäännölliset. Kuukautiskierron käynnistyttyä tytön pituuskasvu yleensä vähitellen hiipuu. (Mll 2014b.)

Pojilla murrosiän fyysinen kehitys käynnistyy yleensä kivesten ja häpykarvoituksen kasvamisella. Muita poikien murrosiän fyysisiä muutoksia ovat äänen madaltuminen, pituuskasvun kiihtyminen, peniksen kasvu, ihon rasvoittuminen, hienhajun voimistuminen ja lihasten kasvaminen. Parran ja kainaloiden karvoituksen kasvu alkavat pojilla hieman myöhemmin. Yölliset siemensyöksyt ja yhtäkkiset erektiot saattavat tuntua nuoresta kiusallisilta. Pojat kasvavat ja kehittyvät yleensä tyttöjä lyhyemmässä ajassa, joten heillä on vähemmän aikaa sopeutua vartalossaan tapahtuviin muutoksiin. (Mll 2014b.)

Vuosisatojen ja -kymmenten saatossa murrosiän alkaminen nuorilla on aikaistunut. Esimerkiksi tytöillä kuukautiset alkavat nykyään entistä aikaisemmin. Lasten lihomista pidetään yhtenä syynä puberteetin varhaiseen alkamiseen. Nuorilla, joilla puberteetti alkaa tavallista aikaisemmin, todetaan muita nuoria useammin ahdistuneisuutta, masennusta ja syömishäiriöitä. Näillä nuorilla on myös suurempi riski tupakoinnin ja alkoholin käytön aloittamiselle. Fyysisesti varhain kypsyvien nuorten tyttöjen käytös voi heijastua seksikkääseen pukeutumiseen, jolla lienee yhteys seksisuhteiden varhaiseen aloittamiseen, teiniraskauksiin ja koulunkäynnin keskeytymiseen. (Sinkkonen 2010, 28.)

4.2 Psyykkinen kehitys

Murrosikä on nuorelle myös henkisen kasvun aikaa ja nuoren psyykkinen kehitys jatkuu vielä vuosia murrosiässä tapahtuneiden fyysisten muutosten päätyttyä. Nuoruudessa ihminen kohtaa uusia haasteita kasvaessaan lapsesta aikuiseksi, ja se on merkittävää aikaa itsenäistymisessä ja persoonan kehittymisessä. (Mll 2014c.) Aalbergin ja Siimeksen (2007) mukaan nuoruuden kehityksellisenä päämääränä on saavuttaa itsenäisyys. Jotta nuori saavuttaisi sen, on hänen ratkaistava nuoruuteen kuuluvat kehitystehtävät:

1. irrottautuminen vanhemmista ja heidän tarjoamastaan turvasta sekä vanhempien löytäminen uudelleen aikuisen tasolla,

2. muuttuvan ruumiinkuvan ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen sekä
3. ikätovereiden apuun turvautuminen nuoruusiässä tapahtuvan kasvun ja kehityksen aikana (Aalberg & Siimes 2007, 68).

Nuoruusaika 12 ikävuodesta 22 ikävuoteen jaotellaan karkeasti kolmeen eri vaiheeseen: varhaisnuoruuteen 12-14-vuotiaana, varsinaiseen nuoruuteen 15-17-vuotiaana sekä jälkinuoruuteen 18-22-vuotiaana. Varhaisnuoruus on usein kuohuvaa aikaa, jolloin puberteetti käynnistyy ja kehossa alkaa tapahtua muutoksia. Muutokset omassa itsessä saattavat aiheuttaa hämmennystä ja ahdistusta. Nuori taistelee itsenäistymistarpeiden ja vanhemmista riippuvuuden välillä. Varhaisnuoruudessa nuoren suhde vanhempiin vaihtelee yleensä aaltomaisesti: välillä nuori käyttäytyy lapsenomaisesti, välillä taas hän korostaa itsenäisyyttään. Tässä vaiheessa riidat nuoren ja vanhempien välillä ovat yleisiä. (Aalberg & Siimes 2007, 68-69.)

Varsinaisessa nuoruudessa kuohuntavaihe yleensä laantuu ja nuoren persoonallisuus alkaa selkiytyä. Nuori tottuu vähitellen muuttuneeseen ruumiinkuvaan. Seksuaalisuuden merkitys kasvaa, ja nuori saattaa vahvistaa omaa minuuttaan seurustelusuhteiden avulla. Tässä vaiheessa ikätoverit ovat nuorelle tärkeitä. (Aalberg & Siimes 2007, 69-70.) Jälkinuoruuden vaiheessa irrottautuminen vanhemmista on edennyt ja nuori tarkastelee vanhempiaan yhä neutraalimmin. Nuori voi tunnistaa itsessään ja vanhemmassaan samoja luonteenpiirteitä. Jälkinuoruuden vaiheessa nuoren empatiakyky kasvaa ja varhaisen nuoruuden itsekeskeiset valinnat korvautuvat kaveri- ja seurustelusuhteilla. Nuori oppii sijoittamaan itsensä osaksi yhteiskuntaa, ja hän alkaa kantaa omalta osaltaan vastuuta. (Aalberg & Siimes 2007, 70-71.)

4.3 Sosiaalinen kehitys

Sosiaalisuus on synnynnäinen temperamenttipiirre, joka tarkoittaa ihmisen halua olla muiden ihmisten kanssa. Se kertoo siitä, miten kiinnostunut ihminen on muiden ihmisten seurasta. Sosiaaliset taidot puolestaan tarkoittavat ihmisen kykyä olla muiden ihmisten kanssa ja taitoa selvittää sosiaalisista tilanteista. Toisin kuin sosiaalisuus, sosiaaliset taidot kehittyvät oppimalla. (Keltikangas-Järvinen 2010, 13, 17.)

Nuoruusiässä nuori alkaa viettää yhä enemmän aikaa vertaistensa kanssa ja nuoren ja vanhempien välinen yhteinen aika vähenee. Keskinuoruudessa kaverisuhteet ovat usein intiimimpiä kuin varhaisnuoruudessa. Isot kaveriporukat voivat vaihtua pienempiin, ja ajattelutapa sekä kiinnostuksen kohteet yhdistävät nuoria. Hiljalleen nuori huomaa, millaisessa ystäväpiirissä hän viihtyy ja millaisten ihmisten kanssa hän tulee parhaiten toimeen. Nuoruuden aikana odotukset ystävyysuhteisiin liittyen muuttuvat ja niiltä aletaan odottaa uudenlaisia asioita: sitoutumista,

uskoutumista ja lojaalisuutta. (MII 2009; Salmivalli 2005, 137.) Ystävyyssuhteissa korostuvat läheisyys, vastavuoroisuus, salaisuuksien jakaminen, itsen tutkiskelu ja tunteiden käsittely (Salmivalli 2005, 37). Ystävyyssuhteiden keskeisiä tehtäviä ovat kumppanuus, hauskanpito, sosiaalisen kompetenssin kehittyminen, läheisyyden kokeminen, emotionaalisen tuen, neuvojen ja avun saaminen sekä tunne siitä, että voi luottaa toiseen (Salmivalli 2005, 36).

Jyväskylän yliopistossa julkaistussa tutkimuksessa selvitettiin, mitkä ovat keskeiset elementit eli tytöille tärkeät asiat ja ystävyyttä kuvaavat keskeiset piirteet tyttöjen ystävyyssuhteissa murrosiässä. Tutkielmassa keskeisimpinä murrosiän ystävyyssuhteiden elementteinä erottuivat luottamus, puhuminen, vastavuoroinen tukeminen, samantyylinen huumorintaju ja hiljainen riiteleminen. Haastateltavat pitivät murrosiän ystävyyssuhteita erittäin tärkeinä. (Nykänen 2002.) Kumpulan (2012) tekemän tutkimuksen mukaan tärkeitä ominaisuuksia, joita saadaan kokea kaveriporukassa, ovat niin ikään luottamus ja osallisuuden tunne. Tutkimuksessa selvisi, että tytöt kokevat poikia useammin saavansa tukea kavereiltaan ja arvostavat enemmän emotionaalisuutta ja läheisyyttä ystävyyssuhteissaan. (Kumpula 2012.)

Nuori tarvitsee vertaisiaan, joiden seurassa hän saa kokea olevansa hyväksytty, oppii itsestään ja rakentaa minäkuvaansa. Yhteenkuuluvuuden tunne on nuorelle usein tärkeämpää kuin aktiivinen toiminta ja tekeminen. Nuoren itseluottamus on vielä kehitysvaiheessa, ja kun nuori kokee olevansa hyväksytty kaverien keskuudessa, on hänen helpompi hyväksyä itsensä. Ystävyyssuhteissa opetellaan monia tärkeitä asioita: toisten huomioon ottamista, antamista ja saamista. Ystäväpiiri on turvallinen ympäristö opetella käsittelemään erimielisyyksiä ja vastoinikäymisiä sekä niistä selviämistä. (MII 2009.)

5 Nuoren seksuaalinen kehitys

Seksuaalisuus voidaan määritellä monella eri tavalla. Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan seksuaalisuus on keskeinen osa ihmisyyttä kaikissa elämänvaiheissa, ja se käsittää sukupuolen, sukupuoli-identiteetin ja sukupuoliroolit, seksuaalisen suuntautumisen, erotiikan, mielihyvän, seksuaaliset suhteet sekä lisääntymisen. Määritelmän mukaan seksuaalisuus sisältää kaikki nämä ulottuvuudet, mutta ihminen ei aina koe tai ilmennä näitä kaikkia. Kuitenkin jokainen meistä on seksuaalinen, ja ihmisen seksuaalisuus kehittyy läpi elämän. Kun käsitys omasta seksuaalisuudesta selkeytyy, vahvistuvat minäkuva ja identiteetti. (WHO 2006; Thl 2014c.)

Seksuaalinen kehitys tapahtuu vaihteittain läpi koko elämän. On tärkeää, että nuori saa tietoa seksuaalisuudesta hyvissä ajoin, jotta hän pystyy paremmin ymmärtämään murrosiän tapahtumia. Tavoitteena on, että seksuaalisuus säilyy elämää rikastuttavana voimavarana läpi elämän.

(Väestöliitto a, 2014.) Väestöliiton seksuaaliterveysklinikan asiantuntijat ovat kehittäneet seksuaalisuuden portaat, joiden kautta ihmisen seksuaalisen kehittymisen vaiheet voidaan kuvata. Seksuaalisuuden portaisiin sisältyy yhdeksän eri kehitysvaihetta. (Väestöliitto 2014b.)

5.1 Seksuaalisuuden portaat

Ensimmäinen ”Ensirakkaus - äiti/isä - nainen/mies” - porras on kaiken seksuaalisen kehityksen perusta, jolloin rakennetaan perusturvallisuus ja - luottamus aikuisiin. Usein leikki-ikäinen ihastuu äitiin, isään tai johonkin tuttavapiirin aikuiseseen. Kun lapsi ymmärtää, ettei tämän aikuisen kanssa voikaan mennä naimisiin, kokee hän myös ensimmäiset sydänsurunsa. Toisella portaalla, ”Idolirakkaus”, ihastuminen siirtyy kodin ulkopuolelle. Tällöin rakkauden kohde on usein jokin julkisuuden henkilö, ja rakkaus perustuu mielikuviin- ja haavemaailmaan. Idolirakkaus on turvallista nuorelle, sillä tämä rakkaus ei voi tulla todelliseksi ja vastavuoroiseksi. (Aho, Kotiranta-Ainamo & Pelander 2008, 20-21.)

Kolmannella ”Tuttu - salattu” - portaalla tehtävänä on opetella sietämään ihastumisen ja rakastumisen tunteita lähellä olevaa ihmistä kohtaan. Ihastumisen kohteena on usein tuttu ihminen kuten opettaja, valmentaja tai kaverin sisko tai veli. Ihastuksen kohde saattaa olla kumpaa sukupuolta tahansa, mutta se ei kerro seksuaalisesta suuntautumisesta aikuisena. Tässä vaiheessa ihastumisesta ei vielä kerrota kavereille. Nuori käsittelee ihastumistaan edelleen turvallisesti haaveilemalla. Neljännellä ”Kaverille kerrottu” -portaalla uskalletaan omista tunteista jo kertoa toisille. Tällöin ihastumisen kohde on jo vaihtunut tuttuun henkilöön, usein johonkin ikätoveriin. Asiasta ei olla kuitenkaan valmiita kertomaan ihastumisen kohteelle. Nuori hakee hyväksyntää ihastumiselleen muilta ikätovereilta ja saa samalla varmistusta sille, että ihastuminen on hyvä asia ja siitä voi puhua. Tämän portaan aikana koetellaan myös ystävyyssuhteita ja nuori oppii tunnistamaan hyvän ystävän piirteitä. (Aho ym. 2008, 22-23.)

Viidennellä ”Tykkään susta” -portaalla nuori on valmis kertomaan tunteistaan myös ihastumisen kohteelle. Tällä portaalla harjoitellaan tunteiden ilmaisua. Nuori pohtii keinoja vastoinikäymisten sietämiseen ja pettymyksistä selviytymiseen silloin, kun ei saa vastakaikua tunteilleen tai tulee torjutuksi. Nuoret solmivat myös seurustelusuhteita. Usein suhde on sovittu asia, eivätkä osapuolet ole tekemisissä toistensa kanssa. Nuori kokee läheisyyden vielä liian intiimiksi. Vaikkei seurustelu ole samanlaista kuin aikuisilla, on nuoren kokemukset ja tunteet otettava vakavasti niitä vähättelemättä. Portaalla kuusi, ”Käsi kädessä”, opetellaan seurustelun pelisääntöjä, opitaan ilmaisemaan rakkautta sekä sietämään ja ilmaisemaan pettymyksen tunteita. Ennen kaikkea tärkeintä on oppia ymmärtämään toista ihmistä suhteessa itseensä. Nuori aloittaa ensimmäisen vakavan seurustelusuhteen ja haluaa, että koko maailma saa tietää hänen tunteistaan. Lähellä oloon saattaa liittyä voimakkaita tunteita ja kiihottumista, mutta niitä ei olla vielä valmiita jakamaan toisen kanssa. Seksuaaliset kokemukset käsitellään mielikuvituksen

ja fantasioiden kautta. Kun oma keho ja sen tuntemukset alkavat kiinnostaa, tulee itsetyydytyksestä usein luonteva osa nuoren elämää. (Aho ym. 2008, 23.)

Seitsemännellä ”Suudellaan” - portaalla opetellaan ilmaisemaan rakkautta ja läheisyyttä intiimisti toisen kanssa. Nuori opettelee ottamaan huomioon myös toisen osapuolen tunteet ja on aidosti kiinnostunut niistä. Suuteleminen tuottaa suurta kiihotusta ja tyydytystä, jolloin opitaan ymmärtämään kiihottuminen mukavana, nautinnollisena ja terveenä asiana. Kahdeksannella ”Mikä tuntuu hyvältä” - portaalla nuori etenee seurustelusuhteessa, ja yhdessä kokeillaan ja opetellaan toisen kehoa, nautintoa, kiihottumista ja jopa orgasmia. Tässä vaiheessa rakastelamisen opetteluun liittyy vielä häveliäisyyttä ja estoja, jolloin ei vielä toisen nähden uskalleta olla alasti tai anneta katsoa sukupuolielimiä. Tällä portaalla nuoret opettelevat kommunikoidaan ja puhumaan seksiin liittyvistä asioista, siitä mikä tuntuu hyvältä ja mikä ei. Tässä vaiheessa opetellaan myös kieltäytymään asioista, jotka eivät vielä itsestä tunnu tarpeellisilta. (Aho ym. 2008, 24-25.)

Viimeisellä portaalla, ”Rakastuminen ja rakastelu”, uskaltaudutaan heittäytyä nauttimaan toisen ihmisen läheisyydestä ja hellyydestä. Ensimmäinen yhdyntäkokemus on nuorelle tärkeä askel kohti aikuisuutta, jolloin nuoren on myös muulta kehitykseltään oltava siihen valmis. Parhaimmillaan nuorta ei epäilytä, vaan hänellä on selkeä varmuus toiminnastaan ja siitä mitä haluaa ja mitä kumppani haluaa. Tällä portaalla nuoren seurustelutaitojen olisi oltava jo lähes aikuisen tasolla, eikä vanhempien suojaa enää niin tarvita. (Aho ym. 2008, 25.)

5.2 Seksuaalisen kehityksen riskitilanteet

Nuoren seksuaalisuus kehittyy aina yksilöllisesti. Aina kehitys ei etene vaihe kerrallaan kuten seksuaalisuuden portailla on kuvattu, vaan joskus kehitysportaita jää väliin ja niihin voidaan palata myöhemmin uudelleen. Nuorella saattaa olla kiire kokeilla sellaista, mihin hän ei ole vielä valmis. Riskien otto kuuluu nuoruuteen, mutta jos kehitysportaita harpotaan liian nopeasti, voi tärkeitä kehitysvaiheita jäädä puuttumaan. Tämä voi johtaa myöhemmin erilaisiin ongelmiin. Riskinä on, että nuorelle muodostuu huono käsitys seksuaaliterveydestä, jos hän ei opi kunkin portaan tärkeitä asioita seksuaalisuudesta. Tämä voi näkyä nuoren elämässä riskikäyttäytymisenä. (Aho ym. 2008, 26.)

Riskikäyttäytymisellä tarkoitetaan erilaisille vaaroille altistavaa käyttäytymistä, joka on myös usein elämyshakuista tai impulsiivista (Thl 2014d). Riskikäyttäytymistä on muun muassa huumaiden käyttö, tupakoinnin ja alkoholin käytön varhainen aloittaminen, useita partnereita sisältävä seksuaalikäyttäytyminen sekä itsetuhoinen ja väkivaltainen käyttäytyminen. (Aromäki 2010; Thl 2014d.) Riskikäyttäytymisen katsotaan olevan osa nuorten aikuistumisriittiä, mutta

siinä on kuitenkin piirteitä, jotka uhkaavat nuorten hyvinvointia. Koska nuorena opittu riskikäyttäytyminen on yhteydessä riskikäyttäytymiseen aikuisena, on tärkeää, että siihen puututaan varhaisessa vaiheessa. (Aromäki 2010.)

Nuorten riskikäyttäytyminen Suomessa on tutkitusti yleisempää kuin kehittyneissä maissa keskimäärin. Unicefin julkaisemassa katsauksessa arvioitiin lasten ja nuorten viikoittaista tupakointia, alkoholin käyttöä, huumekokeiluja, yhdyntäkokemuksia, kondomin käyttöä ja teiniraskauksia. 11-15-vuotiaiden nuorten riskikäyttäytyminen on katsauksen mukaan Suomea yleisempää vain Saksassa ja Ison-Britanniassa. Varhaiset yhdyntäkokemukset ovat Suomessa muihin Euroopan maihin verrattuna yleisiä. Yli neljäsosa tutkimukseen osallistuneista 15-vuotiaista oli ollut yhdynnässä, ja kondomia heistä oli edellisellä yhdyntäkerralla käyttänyt 66 %. (Unicef 2007.)

Nuorten seksuaalinen riskikäyttäytyminen on yhteydessä alkoholinkäyttöön, humalajuomiseen ja runsaaseen kertajuomiseen (Samposalo 2013). Kuortti ja Jähi (2009) ovat tehneet tutkimuksen nuorten tyttöjen seksikäyttäytymisen valinnoista ja niihin liittyvistä arvoista. Tutkimukseen osallistuneet tytöt mainitsivat alkoholin olevan yksi mahdollinen ensimmäiseen yhdyntään johtava tekijä. Tyttöjen vastauksissa yhdyntään johtavista tekijöistä esiin nousivat myös kokeilun halu, kavereiden esimerkki ja neitsyydestä eroon haluaminen.

Tutkimusten mukaan nuorten riskikäyttäytyminen ja ongelmat kotona ovat yhteydessä seurusteluväkivaltaan. Vakavimmat seurusteluväkivallan muodot kohdistuvat tyttöihin, ja tytöt kertovat poikia harvemmin seurusteluväkivallasta muille. (Niemi 2010.) Nuoruudessa seurusteluväkivalta on usein vakavampaa kuin muu väkivalta, ja se johtaa usein vamman syntymiseen. Väkivaltakokemukset nuoruudessa lisäävät uhrin riskiä joutua kokemaan väkivaltaa myös tulevaisuudessa. (Aaltonen 2012, 123.) Niemen (2010) tutkimuksen mukaan nuoret kokevat seurusteluväkivallan asiaksi, josta on vaikea puhua ja saada siihen apua. Väkivallan kokemukset saattavat myös vahingoittaa nuoren itsetuntoa merkittävästi. (Niemi 2010.)

Seksuaaliterveyden perusta on hyvä itsetunto. Aikuisen läsnäolo nuoren elämässä tukee itsetunnon kehitystä. On tärkeää, että aikuinen suhtautuu nuoreen hyväksyvästi ja antaa nuorelle tunteen siitä, että hän on arvokas, tärkeä ja tarpeellinen. (MII 2015.) Laakson (2013) tekemässä tutkimuksessa tarkasteltiin 15-18-vuotiaiden tyttöjen itsetuntoa ja ruumiinkuvaa sekä niihin yhteydessä olevia tekijöitä. Tutkimuksessa todettiin, että positiivinen ruumiinkuva, lähipiiriltä saatu sosiaalinen tuki ja saman ikäisten hyväksyntä ovat selkeästi yhteydessä nuoren hyvään itsetuntoon. Hyvän itsetunnon lisäksi nuori tarvitsee tietoa omasta seksuaalisuudestaan (MII 2015). Rinkisen (2012) tekemän tutkimuksen mukaan nuoret tarvitsevat perustietoja seksuaalisesta toiminnasta, mieheksi ja naiseksi kasvamisesta, raskaudesta, seksitaudeista, seuruste-

lusta ja terveystalvveluista. Ongelmallisissa tilanteissa nuoret tarvitsevat konkreettisia toimintaohjeita ongelmien ratkaisemiseen ja hoitokeinojen löytämiseen. (Rinkinen 2012, 133.) Kun nuori saa oikeaa tietoa ja itsetunnon vahvistusta, kokee hän myös halua suojata itseään. Nämä asiat ehkäisevät riskikäyttäytymistä. (Mll 2015.)

6 Ryhmän toiminta

Joukko ihmisiä voidaan määritellä ryhmäksi silloin, kun sen jäsenillä on yhteinen tavoite, keskinäistä vuorovaikutusta ja käsitys siitä, ketkä ryhmään kuuluvat. Ryhmän tunnusmerkkejä ovat muun muassa ryhmän koko, tarkoitus, säännöt, vuorovaikutus, työnjako, roolit ja johtajuus. (Kopakkala 2008, 36.)

Ryhmä voi olla lyhyt- tai pitkäkestoinen, jäsenmäärältään iso tai pieni ja se voi muodostua saman ikäisistä tai eri-ikäisistä henkilöistä. On ryhmä millainen tahansa, syntyvät roolit ja johtajuus ryhmässä vuorovaikutuksen kautta yleensä nopeasti. (Kopakkala 2008, 36.) Se, miten ryhmä toimii, riippuu ryhmän dynamiikasta. Ryhmädynamiikka tarkoittaa ryhmän sisäisiä voimia, jotka vaikuttavat jäsenten kokemukseen ryhmästä. Ryhmädynamiikka syntyy ryhmän jäsenten välisestä vuorovaikutuksesta. Ryhmä toimii tavalla, jota ei voi suoraan päätellä sen yksittäisten jäsenten käytöksestä, ja se voikin olla joko enemmän tai vähemmän kuin yksittäisten jäsentensä summa. (Kopakkala 2008, 37.)

6.1 Ryhmän kehitysvaiheet

Yhdysvaltalainen tutkija Bruce Tuckman julkaisi vuonna 1965 artikkelin ryhmän vaiheittaisesta kehityksestä. Yleisesti käytössä olevan ryhmäytymisteorian mukaan ryhmät käyvät tyypillisesti läpi eri kehitysvaiheet *forming*, *storming*, *norming*, *performing* ja *adjourning*. (Kopakkala 2008, 48-49.) Ensimmäisessä eli muodostusvaiheessa (*forming*) ryhmä on aloittanut toimintansa. Ryhmän jäsenet toimivat varovaisesti ja muodollisesti, ja he odottavat ohjaajalta vielä aktiivista otetta ryhmän vetäjänä. Ryhmä etsii tavoitteitaan ja pelisääntöjään, ja ryhmäroolit alkavat määrytyä. Käsitys ryhmän tehtävästä on vielä epäselvä, ja oma asema ryhmässä on epävarma. Muodostusvaiheessa ryhmän ilmapiiri on yleensä myönteinen ja jäsenet varovat ärsyttämästä muita ryhmäläisiä. Ryhmän jäsenet saattavat kokea muodostusvaiheessa ahdistuneisuutta uudesta, oudosta tilanteesta. (Kopakkala 2008, 49; Mll 2012, 14.)

Muodostumisvaihetta seuraa kuohuntavaihe (*storming*), jolloin yksilöt haluavat erottua ryhmässä. Kuohuntavaiheelle on tyypillistä ryhmän vetäjän vastustaminen ja ohjeista poikkeaminen, ja ryhmäläisten rohkeus esittää omia mielipiteitään kasvaa. Ryhmän jäsenet testaavat

toisiaan ja ohjaajaa, ja erimielisyydet ovat yleisiä. Tässä vaiheessa ryhmässä saattaa muodostua pienempiä alaryhmiä. (Kopakkala 2008, 49-50; Mll 2012, 14.) Sopimisvaiheessa (*norming*) ryhmähenki ja yhteenkuuluvuuden tunne alkavat muodostua. Ryhmän pelisäännöt selkiytyvät ja ryhmä pyrkii toiminnallaan yhteisiin tavoitteisiin. Ryhmän yhteistyö kehittyy, ja suotuisassa tapauksessa erilaiset näkemykset ja tunteet voidaan ilmaista avoimesti. Ryhmä kiinteytyy, ristiriitoja sovitellaan ja ne pyritään sivuuttamaan. Tunne ryhmään kuulumisesta kehittyy, ja jokaisen jäsenen rooli ryhmässä löytyy. (Kopakkala 2008, 50; Mll 2012, 14.)

Hyvin toimiva ryhmä (*performing*) on tehokas ja luova. Tälle tasolle päästyään ryhmän jäsenet kykenevät työskentelemään vastuullisesti ja rakentavasti, ja he osaavat itsenäisesti ratkaista ryhmän sisäiset ongelmat. Ryhmä on ilmapiiriltään avoin, neuvokas ja joustava. Ryhmän hyväksi työskennellään vastuullisesti, ja jäsenet antavat ryhmälle itsestään yhä enemmän. Tässä vaiheessa ryhmä voi paneutua tehtävänsä loppuunsaattamiseen. Ryhmän viimeinen, viides vaihe on lopetusvaihe (*adjourning*), jossa ryhmä päättää toimintansa. (Kopakkala 2008, 51.) Lopetusvaiheessa ryhmän jäsenet saattavat kokea helpotuksen tai haikeuden tunteita (Mll 2012, 14).

6.2 Ohjaajan merkitys ryhmässä

Ohjaaminen on monimuotoista ja vaihtelevaa toimintaa. Ohjaamiseen vaikuttavat ympäristö, jossa ohjataan ja kohderyhmä, jonka parissa ohjaus tapahtuu. Ohjaamisen ympäristö voi vaihdella ryhmästä ja ryhmän tavoitteista riippuen. Ohjaaminen on tilanteiden suunnittelun ja vetämisen lisäksi ihmisten kohtaamista, keskustelua, kuuntelua, vuorovaikutusta, läsnäoloa ja kasvatuksellista tukea. Kasvatuksellisuus kuuluu ohjaamiseen erityisesti silloin, kun toimitaan lasten ja nuorten parissa. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 8-9; Vehviläinen 2001, 12.)

Ammattitaitoinen ohjaaja pystyy muokkaamaan ohjaamista tilanteen mukaisesti. Joskus ohjaajalta vaaditaan aktiivista otetta ryhmän vetäjänä, toisinaan taas kykyä mahdollistaa toiminta ja toimia innostajana. Ohjaamiseen vaikuttaa aina ihmisen oma persoonallisuus, ja persoona onkin ohjaajan tärkeä työväline. Jotkut persoonallisuuden piirteet, kuten avoimuus ja määrätietoisuus voivat helpottaa ohjaajana toimimista, mutta ilman näitä piirteitäkin on mahdollista kehittyä hyväksi ohjaajaksi. (Kalliola ym. 2010, 10-11.)

Ohjaajalta edellytetään havainnointitaitoja. Havainnointitaitojen avulla ohjaaja voi tunnistaa ohjauksen tarpeen, valita oikeita tapoja ohjaukseen ja toimia ohjaustilanteessa sopivalla tavalla. Ohjaajalta vaaditaan lisäksi suunnittelutaitoja, ja hänen täytyy pystyä toteuttamaan ja arvioimaan erilaisia toiminnallisia kokonaisuuksia. Ohjaajana toimimiseen kuuluu taito osata

asettaa tavoitteita sekä valita keinot, joiden avulla tavoitteet on mahdollista saavuttaa. Ohjaajan täytyy pystyä toimimaan yhteistyössä erilaisten ihmisten ja eri toimijoiden kanssa. (Kalliola ym. 2010, 12.)

Ohjaajan yhtenä tehtävänä on luoda ohjaustilanteeseen positiivista ja turvallista ilmapiiriä. Ilmapiirin luomisessa tärkeää on ryhmän jäsenten välinen tasavertaisuus, kannustavuus ja innostavuus. Kun ilmapiiri on myönteinen ja kannustava, ryhmän jäsenet kokevat itsensä hyväksytyiksi. Ryhmän jäsenen kokiessaan olevansa hyväksytty, on hänen helpompi tuoda itseään ryhmässä esiin ja yrittää parhaansa. Positiivinen ilmapiiri auttaa myönteisen minäkuvan kehittymistä ja vahvistaa hyvää itsetuntoa. (Kalliola ym. 2010, 60.)

Hyvät vuorovaikutustaidot ovat tärkeitä ohjaamisessa. Vuorovaikutus tarkoittaa ihmisten välistä sosiaalista kanssakäymistä. Vuorovaikutukseen kuuluu sanallisen ilmaisun lisäksi sanaton ilmaisu, jota ovat muun muassa ilmeet, eleet ja kehon liikkeet. Sen lisäksi, että ohjaajan tulee pystyä ilmaisemaan itseään selkeästi ja johdonmukaisesti, tulee ohjaajan osata myös kuunnella. Aktiivisessa kuuntelemisessa ollaan aidosti kiinnostuneita siitä, mitä kerrotaan. Aito kuunteleminen vaatii kärsivällisyyttä, avoimuutta sekä taitoa pysähtyä hetkeksi ja olla läsnä. Empatiakyky ja tunneäly ovat myös hyvän ohjaajan tärkeitä piirteitä. (Kalliola ym. 2010, 44-50.)

7 Tyttöryhmän toteutus

Tämä opinnäytetyö oli toiminnallinen. Toiminnallisena opinnäytetyönä voidaan toteuttaa esimerkiksi ammatilliseen käytäntöön suunnattu ohje, kuten perehdyttämisopas tai turvallisuusohjeistus. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla myös esimerkiksi jonkin tapahtuman toteuttaminen tai ryhmän järjestäminen. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9.) Tässä opinnäytetyössä toiminnallisena osuutena oli tyttöryhmän järjestäminen.

Tyttöryhmä toteutettiin kevään 2015 aikana yhteistyössä itä-uudenmaalaisen yläkoulun kanssa. Ryhmän suunnittelu- ja toteutusvaiheessa yhteistyötä tehtiin koulun terveydenhoitajan kanssa. Terveydenhoitaja valitsi yhdessä koulukuraattorin kanssa tytöt, joille hän ehdotti ryhmään osallistumista. Ryhmään haluttiin tyttöjä, joilla on keskivertoa enemmän kokemusta muun muassa seurustelusta. Tyttöjen osallistuminen ryhmään perustui vapaaehtoisuuteen. Saimme ryhmän järjestämiseen luvan koulun rehtorilta (liite 6). Ryhmää käsiteltiin syksyn aikana koulun oppilashuoltoryhmän kokouksessa, joten siitä oltiin etukäteen tietoisia myös koulun muun henkilökunnan keskuudessa.

7.1 Ryhmän kuvaus

Ryhmään osallistuneet tytöt olivat 9.-luokkalaisia, ja heitä oli seitsemän. Osallistujien määrä vaihteli ryhmätapaamisissa kahdesta seitsemään. Tyttöryhmä oli suljettu pienryhmä. Suljetuksi ryhmäksi kutsutaan ryhmää, joka ei ota käynnistymisensä jälkeen uusia jäseniä ryhmään, ja se kokoontuu ennalta määrätyn ajanjakson ajan (Niemistö 2000, 60; Kaukkila & Lehtonen 2007, 17). Pienryhmässä on yleensä 5-12 jäsentä (Niemistö 2000, 57). Pienryhmässä yksilöt pääsevät helpommin vaikuttamaan, ja ryhmän on helpompi toimia yhdenmukaisesti ja yhteistyökykyisesti. Pienen ryhmän piirteitä ovat jäsenten aktiivisuus, tasavertainen osallistuminen, persoonallisuus sekä yhdenmukaisuus. (Repo-Kaarento 2007, 109; Niemistö 2000, 58-59.)

Koska ryhmä koostui yhden yläkoulun samanikäisistä tytöistä, oli osa heistä entuudestaan tuttuja toisilleen. Tyttöryhmä järjestettiin yläkoululla, entisen opettajainhuoneen tiloissa. Ryhmätapaamisia oli viisi kertaa, ja ne järjestettiin koulupäivien aikana, noin viikon välein. Jokaisella ryhmätapaamisella tarjottiin pientä välipalaa. Tytöille jaettiin syksyn aikana kutsu ryhmään (liite 1). Kutsussa kerrottiin ryhmän sisällöstä ja ryhmätapaamisten ajankohdat. Tyttöjen huoltajille toimitettiin kirjeet ryhmästä, ja huoltajilta pyydettiin kirjallinen suostumus nuoren ryhmään osallistumista varten (liite 3).

7.2 Yläkoulu tyttöryhmän toteutusympäristönä

Koulussa, jossa tyttöryhmä järjestettiin, annetaan perusasteen opetusta 7.-9.-luokkien oppilaille. 7.- 8.- ja 9.-luokkia on jokaista koulussa kahdeksan, joiden lisäksi koulussa on pienluokkia. Koulussa on noin 550 oppilasta, ja heitä käy koulussa kolmelta eri paikkakunnalta. Koulussa työskentelee noin 60 opettajaa mukaan lukien rehtori, apulaisrehtori ja koulunkäynnin avustajat. Lisäksi koululla työskentelee terveydenhoitaja, koulukuraattori, koulupsykologi ja school coach, jonka tehtävänä on muun muassa auttaa löytämään koulutyöhön kullekin nuorelle sopivia toimintamalleja yhdessä oppilaan, vanhempien ja koulun muiden aikuisten kanssa. Koululla järjestetään hammashuoltoa kahdesti viikossa. (Keskustelu kouluterveydenhoitajan kanssa.)

Kouluterveydenhoitaja on koululla viikon jokaisena arkipäivänä. Terveystarkastuksen pääsääntöinen tehtävä on terveystarkastusten suorittaminen. Lisäksi hän pitää avointa vastaanottoa noin tunnin päivässä, jolloin oppilaat voivat tulla vastaanotolle ilman ajanvarausta. Terveystarkastaja pitää oppilaiden vanhempiin yhteyttä Wilma-ohjelman kautta. Wilmassa voidaan tiedottaa erilaisista asioista yleisesti ja oppilaskohtaisesti. Terveystarkastaja on tarvittaessa vanhempiin yhteydessä myös puhelimitse. (Keskustelu kouluterveydenhoitajan kanssa.)

Koulussa toteutuu oppilas- ja opiskelijahuoltolaissa säädetty oppilashuolto. Koulun oppilashuoltoryhmään kuuluvat koulun rehtori, apulaisrehtorit, erityisopettajat, koulukuraattori, opinto-

ohjaajat, koulupsykologi ja terveydenhoitaja. Oppilashuoltoryhmä pyrkii tukemaan nuoren yksilöllistä kasvua, kehitystä ja oppimista. Ryhmä tekee tarvittaessa yhteistyötä oppilaiden vanhempien sekä muiden yhteistyötahojen kanssa. Tavoitteena on, että nuorella on joku aikuinen, jolta hän tarvittaessa saa tukea koulunkäynnilleen. Koulun oppilashuoltoryhmä kokoontuu noin kahdesti kuukaudessa. Koulun oppilashuoltoryhmän lisäksi koulussa toimii niin sanottu laaja oppilashuoltoryhmä, johon kuuluvat koulun oman oppilashuoltoryhmän lisäksi nuorisopalvelut ja seurakunta. Laaja oppilashuoltoryhmä kokoontuu noin kaksi kertaa vuodessa. (Keskustelu kouluterveydenhoitajan kanssa.)

7.3 Ryhmätapaamisten kuvaus

Tyttöryhmän tapaamiset koostuivat seksuaalisuuteen liittyvistä aiheista, ja tapaamisissa käytettiin erilaisia opetusmenetelmiä. Järvisen (2007) tekemässä tutkielmassa selvitettiin lukion 1.- ja 2.-luokkalaisten mielipiteitä siitä, millaisena heidän mielestään yläkoulun seksuaalikasvatus tulisi toteuttaa. Nuoret toivoivat erikokoisia ryhmiä, ryhmätöitä, tutustumiskäyntejä, näytelmiä, julisteita, tietokoneen käyttöä ja seksitohtorilaatikkoo.

Tyttöryhmässä toimimme ohjaajina siten, että tapaamisissa vallitsi tasavertainen ilmapiiri ryhmään osallistuvien nuorten ja ohjaajien kesken. Emme korostaneet rooliamme ohjaajina, vaan johdattelimme keskustelua johdonmukaisesti ja mielenkiintoisesti, osallistumalla itsekin keskusteluun. Järvisen (2007) tutkimukseen osallistuneet nuoret toivoivat seksuaalikasvatukseen liittyvän huumorin ja rennon ilmapiirin. Tyttöjä muistutettiin ryhmätapaamisten alussa siitä, että ryhmässä puhutuista asioista ja nuorten kommenteista ei puhuta ryhmän ulkopuolisille henkilöille.

Taulukko 1. Tyttöryhmän aihe, tavoitteet ja osallistujamäärät

Aihe ja päivämäärä	Kaveri- ja seurusuhdetukset 15.1	Seksuaalisuuden portailla 22.1	Seurusteluväkivalta 28.1	Raskauden ehkäisy ja sukupuolitaudit 3.2	Itsetunto ja minäkuva 6.2
Tavoite	Tutustua ryhmään	Oppia seksuaalisen kehityksen vaiheet ja rohkaistua puhumaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista	Oppia myönteisiä toimintatapoja riskitilanteissa, kuten alkoholin vaikutuksen alaisena ja väkivaltatilanteissa	Saada lisää tietoa ehkäisymenetelmistä ja sukupuolitaudeista	Vahvistaa oman itsetunnon myönteistä kehitystä ja päättää ryhmä onnistuneesti
Osallistujia	4	5	4	2	5

7.3.1 Kaveri- ja seurustelusuhteet

Ensimmäisen ryhmätapaamisen tavoitteena oli, että tytöt tutustuvat toisiinsa ja meihin ryhmän ohjaajina. Tapaaminen oli jaettu kolmeen osaan: tutustumisleikkiin, ryhmätehtävään ja kysymyksiin. Tapaaminen alkoi tutustumisleikillä, jonka tarkoitus oli tutustuttaa ryhmäläisiä toisiinsa ja päästä eroon jännityksestä. Leikissä jokainen sai kertoa itsestään valitsemansa määrän asioita muille ryhmän jäsenille. Tytöt olivat tutustumisleikissä aktiivisesti mukana, ja he kertoivat itsestään myös henkilökohtaisia asioita, mikä tuki ensimmäisen ryhmätapaamisen tavoitteen toteutumista. Myös tunnelma vapautui leikin aikana.

”Oon syntynyt Helsingissä.”

”Mä oon kihloissa.”

Ryhmätehtävässä kolmelle eri kartongille oli koottu kysymyksiä, joihin nuoret saivat vastata ryhmässä. Nuoret kirjoittivat ajatuksiaan kartongeille kysymyksen ympärille. Kartongeilla olevat kysymykset olivat ”Millainen on hyvä ystävä?”, ”Millainen on hyvä seurustelukumppani?” ja ”Mitä eroa on hyvällä ystävällä ja hyvällä seurustelukumppanilla?” Koska tytöt osallistuivat tutustumisleikkiin innokkaasti, odotimme tytöiltä aktiivista osallistumista myös tähän tehtävään. Alkuperäinen ajatus oli, että nuoret olisivat nähneet kysymykset yksi kerrallaan. Nuorten vähäisen aktiivisuuden ja ajanpuutteen takia päädyimme kuitenkin siihen, että nuoret saivat vastata kaikkiin kolmeen kysymykseen samanaikaisesti. Tytöt kirjoittivat vain muutamia asioita kartongeille, eivätkä puhuneet toisilleen paljoa. Hyvän ystävän ominaisuuksina tytöt pitivät luotettavuutta ja avoimuutta. Hyvää seurustelukumppania tytöt kuvailivat sanoin ”kuunteleva”, ”rehellinen” ja ”luotettava”.

Keskustelimme lopuksi tyttöjen vastauksista yhdessä. Jotta tytöt olisivat osallistuneet tehtävään aktiivisemmin, johdattelimme keskustelua apukysymysten avulla. Kysyimme nuorilta muun muassa ”Täytyykö parisuhteen olla seksuaalinen?” ja ”Onko seurustelukumppani ystävä?” Apukysymysten johdattamana keskustelusta kehittyi hieman aktiivisempaa.

”Ystäviä on monta, poikaystäviä ei.”

”Poikaystävän kanssa viettää enemmän aikaa.”

Ryhmätapaamisen lopussa kehoitimme tyttöjä kirjoittamaan haluamansa määrän kysymyksiä paperilapuille. Pyysimme kysymyksiä liittyen kaverisuhteisiin, ystävyYTEEN, itsetuntoon, kehoon, seurusteluun, seksiin ja muuhun sellaiseen. Tytöt kirjoittivat yhteensä 13 kysymystä. Kerroimme kirjoittavamme laput seuraavaa kertaa varten tietokoneella uudelleen ja lisäävämme

omia kysymyksiä joukkoon niin, ettei kysyjää voida tunnistaa. Näin suojasimme tyttöjen anonyymiteettia.

Ensimmäisen ryhmätapaamisen tavoite toteutui osittain. Tutustumisleikin onnistuminen tuki tavoitteeseen pääsyä, mutta heikentäviä tekijöitä olivat nuorten vähäinen aktiivisuus sekä se, etteivät kaikki olleet paikalla. Ensimmäisellä tapaamiskerralla tytöt käyttäytyivät vielä varovaisesti, ja meiltä ohjaajina odotettiin aktiivista ohjausta. Ryhmän muodostusvaiheessa on tyypillistä, että käsitys ryhmän tehtävästä on vielä epäselvä ja oma asema ryhmässä epävarma. Muodostusvaiheessa ryhmän jäsenet saattavat tuntea ahdistuneisuutta uudesta tilanteesta. (Kopakkala 2008, 49.)

7.3.2 Seksuaalisuuden portailla

Toisen ryhmätapaamisen tavoitteena oli, että tapaamisen jälkeen tytöt tietävät ihmisen seksuaalisen kehittymisen vaiheet ja rohkenevat puhumaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Toisen ryhmätapaamisen alussa kerroimme ihmisen seksuaalisen kehityksen vaiheista seksuaalisuuden portaita (liite 4) apuna käyttäen. Olimme laittaneet tyttöjen edelliskerralla kirjoittamat kysymykset puhtaaksi kirjoitettuihin koriin. Jokainen tyttö nosti vuoronperään kysymyksen korista ja luki sen ääneen, minkä jälkeen keskustelimme aiheesta. Lopuksi liitimme kysymyksen sille seksuaalisuuden portaalille, jolle yhdessä katsoimme sen kuuluvan.

”Onko normaalia olla mustasukkainen?”

”Onko pettäminen väärin?”

”Mitä, jos ei uskalla sanoa poikaystävälle ei?”

Kysymyksistä keskustelu oli innokasta, ja tytöt kertoivat rohkeasti omia mielipiteitään. Tytöt uskalsivat olla eri mieltä asioista meidän ja toistensa kanssa, mikä on tyypillistä ryhmän kuuhuntavaiheessa. Ohjasimme keskustelua vain hieman kommenttien ja tarkentavien kysymysten avulla. Tarkentavat kysymykset olivat yksinkertaisia, ja niiden avulla jokainen ryhmän jäsen osallistettiin keskusteluun mukaan. Tyttöjä puhuttavia aiheita oli muun muassa mustasukkaisuus, pettäminen ja ikäero seurustelusuhteessa. Tytöt kokivat, että ikäerolla on nuorena merkitystä, mutta ei enää aikuisena.

”No tässä vaiheessa on, kun ollaan nuoria ja opetellaan vielä näitä kaikkia juttuja. Aikuisena ei, kun silloin tietää jo nää kaikki jutut, niin sit sillä ei oo enää niin väliä.”

"Mä tiään yhen tytön, joka on 15, ja se seurustelee 25-vuotiaan kanssa. Onhan se vähän outoo."

Mustasukkaisuudesta keskusteltaessa pohdimme normaalin mustasukkaisuuden rajoja. Tyttöjä askarrutti lisäksi, mikä on pettämistä. Tyttöillä oli eriäviä mielipiteitä siitä, mikä on pettämistä. Toiset kokivat pettämiseksi sen, jos poikaystävä viettää aikaa muiden tyttöjen kanssa. Toisten mielestä näkyvä flirttailu on pettämistä.

"Flirttailu, jos se on näkyvää."

"Jos hengailee jonkun tytön kaa paljon."

Pääsimme toisella tapaamiskerralla asettamiimme tavoitteisiin. Seksuaalisuuden kehityksen vaiheita kerratessamme tytöt osoittivat kiinnostustaan aiheeseen kommentoiden. Tytöt kertoivat myös omia muistojaan muun muassa idolirakkauksistaan. Tunnin edetessä tytöt uskalsivat yhä enemmän osallistua keskusteluun ja ilmaista mielipiteitään. Tämä on tyypillisiä ryhmän toiminnalle toisessa ryhmän kehitysvaiheessa.

7.3.3 Seurusteluväkivalta

Kolmannen ryhmätapaamisen tavoitteena oli, että tytöt saavat uutta tietoa siitä, miten toimia riskitilanteissa, kuten alkoholin vaikutuksen alaisena ja väkivaltatilanteissa. Tapaamiskertaan kuului väkivallan eri muotojen kertaaminen ja riskitilanteista puhuminen tarinoiden avulla. Tunnin alussa tytöt saivat itse kertoa, mitä väkivallan muotoja he tietävät. Tytöt jakoivat väkivallan fyysiseen ja henkiseen, jonka jälkeen he kertoivat niistä tarkemmin. Tytöt pitivät fyysisenä väkivaltana hakkaamista, potkimista, kuristamista ja tappamista. Henkisenä väkivaltana tytöt pitivät pettämistä, haukkumista ja uhkailua. Kerroimme Ensi- ja turvakotien liiton julkaiseman Tunnistatko väkivallan? -posterin (liite 5) avulla väkivallan eri muodoista tarkemmin.

Luimme tytöille ääneen kaksi tarinaa. Ensimmäinen tarina liittyi seksuaaliseen riskitilanteeseen alkoholin vaikutuksen alaisena. Toisen tarinan aiheena oli mustasukkaisuus ja väkivalta seurustelusuhteessa.

"18-vuotias poika ja 16-vuotias tyttö flirttailevat toisilleen, tanssivat ja pussailevat kotibileissä. He lähtevät bileistä yhdessä tytön luo asuntolalle. Tytön kotona he ajautuvat sängylle puhuen toisilleen asioita, jotka kiihottavat kumpakin lisää. Tilanteen edetessä työstä tulee passiivisempi, koska hän on hyvin päihtynyt. Lopulta tyttö nukahtaa kesken tilanteen. Tyttö on alaston ja poikaa haluttaa kovasti. Mitä tapahtuu?"

Tytöt keksivät tarinalle kaksi eri lopetusta, joko poika menee nukkumaan tai poika raiskaa tytön. Tyttöjen vastauksista kehkeytyi keskustelu, johon liittyi seksiin painostaminen, alkoholin vaikutuksen alaisena toimiminen ja raiskatuksi joutuminen. Kerroimme tytöille, että lain mukaan seksuaalinen kanssakäyminen ilman toisen osapuolen suostumusta on laitonta ja että seksistä saa aina kieltäytyä. Tytöt osasivat kertoa, että raiskatuksi tulemisen jälkeen on tärkeää kertoa asiasta jollekin aikuiselle esimerkiksi vanhemmalle tai kouluterveydenhoitajalle.

”17-vuotias Salla ja 19-vuotias Matti ovat seurustelleet vuoden. Tapailun alussa Matti vaikutti hurmaavalta ja sanavalmiilta pojalta, jopa liian hyvältä ollakseen totta. Parin kuukauden seurustelun jälkeen Matti alkoi kontrolloida Sallan menemisiä ja tekemisiä. Matti myönsi olevansa ajoittain hyvinkin mustasukkainen ja näyttävänsä kielteiset tunteensa avoimesti. Salla ei huolestunut tästä sen enempää, vaan piti Matin mustasukkaisuutta jopa hieman imartelevana. ”Tuo poika tosiaan haluaa olla mun kaa ja välittää oikeesti”, Salla ajattelee. Keväällä koulujen alettua Matti syytti Sallaa huonoksi tyttöystäväksi, joka käy koulussa vain flirttaillakseen muille pojille. Yksi riita johti siihen, että Salla sai avokämmenestä kasvoihin. Mitä tapahtuu?”

Tytöt kertoivat eri vaihtoehtoja siitä, miten tarina tulee jatkumaan. Muutama tytöistä ajatteli, että jos Salla saa vakuutettua Matin siitä, että ei petä Matin luottamusta, Matin käytös voi muuttua. Suurin osa tytöistä ajatteli, että Sallan täytyy lähteä suhteesta. Tytöillä heräsi myös ajatus siitä, että yleensä mustasukkaisuus laantuu suhteen edetessä. Kerroimme Ensi- ja turvakotien liiton julkaisemaan materiaaliin pohjautuen, että seurusteluväkivallalla on taipumus lisääntyä ja muuttua vakavammaksi ja että se harvoin loppuu itsestään. Olimme koonneet Tunnistatko väkivallan? -posterin toiselle puolelle ohjeet siitä, miten toimia tilanteessa, jossa kohtaa väkivaltaa. Kävimme ohjeet läpi lukemalla ne ääneen.

Tällä kerralla tytöt osallistuivat keskusteluun aktiivisesti ja kertoivat rohkeasti omia ajatuksia siitä, miten toimia riskitilanteissa. Tämä tuki tapaamiskerran tavoitteen toteutumista. Tällä ryhmätapaamisella havaitsimme ryhmässä ryhmähengen muodostumista. Aktiivinen keskustelu ryhmän jäsenten välillä edesauttoi ryhmän kiinteytymistä ja ryhmän jäsenten roolien löytymistä.

7.3.4 Raskauden ehkäisy ja sukupuolitaudit

Neljäs tapaaminen järjestettiin ehkäisyneuvolassa. Tavoitteena oli, että tytöt saavat lisää tietoa ehkäisy menetelmistä ja sukupuolitaudeista. Ehkäisyneuvolan terveydenhoitaja kertoi ras-

kauden ehkäisystä ja sukupuolitaudeista PowerPoint -esityksen avulla. Tytöt kuuntelivat esitystä ja esittivät muutamia kysymyksiä. Yksi tytöistä kertoi, että tieto sukupuolitaudeista oli hyödyllistä, sillä hän ei tiennyt niistä juurikaan aikaisemmin. Lisäksi tutustuimme ehkäisyneuvolaan kiertämällä vastaanottohuoneet.

Tyttöjen omien kommenttien mukaan he saivat lisää uutta tietoa erityisesti sukupuolitaudeista. Voidaan siis olettaa, että neljännen tapaamiskerran tavoite toteutui. Neljännen ryhmätapaamisen vähäinen osallistujamäärä saattoi johtua siitä, että tapaaminen järjestettiin muualla kuin koululla. Tyttöjen saattoi olla hankala poistua koulusta kesken koulupäivän.

7.3.5 Itsetunto ja minäkuva

Olimme varanneet viimeiselle ryhmätapaamiselle aikaa rennolle jutustelulle ja herkuttelulle. Tapaamisen tavoitteena oli tukea tyttöjen itsetunnon myönteistä kehitystä sekä päättää ryhmä onnistuneesti. Olimme askarrelleet kartongista jokaiselle sydämen, jossa oli neljä täydennettävää lausetta. Lauseiden alut olivat ”Onnellinen tapahtuma elämässäni”, ”Tärkeä tämän hetken tavoitteeni”, ”Vaikea asia, jonka olen saavuttanut” ja ”Taito tai ominaisuus, jota toiset kaipaavat poissa ollessani”. Tytöt miettivät vastauksia ja kirjoittivat niitä ylös, minkä jälkeen pyysimme tyttöjä kertomaan vähintään yhden asian muille ääneen. Tytöt kertoivat mielellään ajatuksistaan muille. Useiden tyttöjen tärkeä tavoite liittyi peruskoulun päättämiseen ja numeroiden korottamiseen tai jatko-opintoihin. Tyttöjen oli aluksi vaikea keksiä positiivisia ominaisuuksia itsestään. Yksikään tytöistä ei osannut sanoa vaikeaa asiaa, jonka oli saavuttanut. Tämän tehtävän jälkeen jokainen ryhmäläinen ohjaajat mukaan lukien kirjoitti muiden askarreltuihin sydämiin jonkin positiivisen ajatuksen. Tähän tytöt osallistuivat hyvin ja kirjoittivat mukavia asioita toisistaan.

Annoimme tytöille reilusti aikaa vastata tyttöryhmää koskevaan palautelomakkeeseen. Lopuksi pyysimme jokaista valitsemaan parin. Parit piirsivät silmät sidottuina toistensa muotokuvat taululle. Loppuleikki oli rento tapa lopettaa ryhmä. Viimeisen ryhmätapaamisen yhtenä tavoitteena oli tukea tyttöjen itsetunnon myönteistä kehitystä. Tapaamisen aikana jokainen pääsi pohtimaan positiivisia asioita itsessään. Ihmisen itsetunto on hyvä silloin, kun minäkäsityksessä painottuvat positiiviset ominaisuudet (Keltikangas-Järvinen 2008, 17).

8 Arviointi

Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9). Tässä opinnäytetyössä tiedonkeruumenetelminä käytettiin palautelomaketta ja havainnointia. Palautelomake (liite 2) koostui erilaisista

väittämistä liittyen itsetunnon kehittymiseen, seksuaalietämykseen ja ryhmän toimintaan. Lomakkeen väittämät olivat peräisin opinnäytetyössä käytetyistä tutkimuksista (Taulukko 2). Palautelomakkeiden vastauksista koottiin taulukko, jonka avulla tyttöjen vastauksia tulkittiin. Ryhmätapaamisissa havainnoimme tyttöjen osallistumista, käyttäytymistä ja ryhmän toimintaa.

8.1 Aineistonkeruumenetelmät

Havainnoinnin avulla saadaan välitöntä tietoa yksilöiden, ryhmien tai organisaatioiden toiminnasta ja käyttäytymisestä luonnollisessa ympäristössä. Havainnointi menetelmänä sopii erinomaisesti vuorovaikutuksen tutkimiseen. Havainnointi sopii käytettäväksi myös silloin, kun halutaan saada tietoa, josta tutkittavat eivät ehkä halua kertoa suoraan haastattelijalle. Sen avulla saadaan selville, toimivatko ihmiset niin kuin he sanovat toimivansa. Tiedonkeruumenetelmänä havainnointi on melko työläs ja aikaa vievä, minkä takia se sopiikin parhaiten kvalitatiivisissa tutkimuksissa käytettäväksi, kun tutkittavat aineistot ovat suppeampia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 212-214.) Tapaamiskertojen tavoitteisiin pääsyä ja ryhmän toimintaa arvioitiin havainnoimalla.

Kysely on yksi tapa kerätä aineistoa. Kyselytutkimuksen etuna pidetään sitä, että sen avulla voidaan kerätä laaja tutkimusaineisto. Henkilöiden tavoittaminen kyselylomakkeen avulla on helppoa, ja sen avulla voidaan helposti kysyä monia asioita. Tavallisesti kyselylomakkeella kerättyä aineistoa pidetään kuitenkin pinnallisena ja tutkimuksia teoreettisesti vaatimattomina. (Hirsjärvi ym. 190.) Kyselylomakkeilla voidaan kerätä tietoa muun muassa tosiasioista, käyttäytymisestä, tiedoista, arvoista ja asenteista. Tässä opinnäytetyössä palautelomakkeella pyydettiin arviointia ryhmän toiminnasta ja kerättiin tietoa tyttöjen seksuaalietämyksestä. Palautelomakkeessa käytettiin asteikkoihin perustuvaa kysymystyyppiä. Vastajalle esitettiin väittämiä, ja vastaaja valitsi asteikosta sen, miten voimakkaasti hän on samaa tai eri mieltä kuin esitetty väittämä. Lomakkeessa käytettiin neliportaista Likert-asteikkoa. (Hirsjärvi ym. 192, 195.) Väittämien välissä oli muutamia avoimia kysymyksiä.

8.2 Ryhmään osallistuneiden tyttöjen palaute ryhmätapaamisista

Kaikki tytöt kokivat ryhmässä toimimisen mielekkääksi. Tyttöjen mielestä ryhmäläiset olivat tasavertaisessa asemassa ja jokainen sai halutessaan puheenvuoron. Yhtä vastaajaa lukuun ottamatta tytöt kokivat, että oma mielipide oli helppo ilmaista ryhmässä. Kaikki tytöt olivat täysin samaa mieltä väittämän ”Koin ohjaajien toiminnan hyväksi” kanssa. Tytöt kuvailivat ohjaajia iloisiksi, positiivisiksi, kaikkien mielipiteet huomioon ottaviksi ja keskusteluun rohkaiseviksi.

”Varmaan semmonen rentous ja ei niinku painostettu tai sillai.”

”Ne uskalsi itekki puhua kaikista sellaisista jutuista avoimesti.”

”Se että ne keksi koko ajan juttu kysymyksiä ja olivat tosi mukavia ja kilttejä.”

Vain harva tytöistä koki tapaamiskertojen määrän sopivaksi. Palautelomakkeiden kommenteissa mainittiin, että tapaamiskertoja olisi voinut olla enemmän. Kaikkien tyttöjen mielestä ryhmässä käsiteltyt aiheet olivat itselle ajankohtaisia. Kaikki tytöistä vastasivat saaneensa hyödyllistä tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä aiheista, mutta vain osa koki, että tieto oli heille uutta. Hyödyllistä tietoa tytöt saivat muun muassa mustasukkaisuudesta ja raskauden ehkäisystä.

”Tiesin kaiken jo etukäteen.”

”Olin, mikä on tervettä mustasukkaisuutta.”

Kaikki tytöt olivat sitä mieltä, että heidän on ryhmän ansiosta helpompaa puhua seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Kaikki tytöt kokivat, että he voivat puhua seksuaalisuudesta kavereiden kanssa. Kuitenkin vain harva vastasi keskustelleensa ryhmässä käsitellyistä aiheista ryhmän ulkopuolella, esimerkiksi vanhempien kanssa. Palautelomakkeiden vastauksista selviää, että tytöt tietävät, miten toimia seksuaalisissa riskitilanteissa kuten väkivaltaisessa parisuhteessa tai painostustilanteessa.

8.3 Luotettavuuden tarkastelu

Eri tutkimusmenetelmien yhdistämistä pidetään usein tutkimuksen luotettavuutta lisäävänä tekijänä. Käyttämällä useampaa menetelmää saadaan esiin laajempia näkökulmia, mikä lisää tutkimuksen luotettavuutta. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 38.) Tässä opinnäytetyössä tiedonkeruumenetelminä käytettiin havainnointia ja palautelomaketta. Kvalitatiiviset tutkimusraportit sisältävät usein tutkijan omaa pohdintaa, ja nämä tutkimukset ovat yleensä henkilökohtaisempia kuin kvantitatiiviset eli määrälliset tutkimukset. (Eskola & Suoranta 2000, 210-211.)

Tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan usein validiteetin ja reliabiliteetin käsitteillä. Validiteetti ilmaisee sen, miten hyvin tutkimuksessa käytetty tutkimusmenetelmä mittaa sitä ilmiötä, jota sillä on tarkoitus tutkia. Reliabiliteetin eli toistettavuuden avulla voidaan arvioida tulosten pysyvyyttä ja alttiutta satunnaisvaihtelulle. (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2006, 147.) Laadullisten aineistojen arvioinnissa huomiota kiinnitetään muun muassa aineistojen merkittävyyteen ja riittävyyteen, analyysin kattavuuteen, arvioitavuuteen ja toistettavuuteen (Eskola & Suoranta 2000, 214).

Ryhmän jäsenten täyttämä palautelomake koostui erilaisista väittämistä liittyen itsetunnon kehittymiseen, seksuaalitietämykseen ja ryhmän toimintaan. Palautelomakkeiden väittämät valikoituivat aikaisemman, opinnäytetyössä käytetyn tutkimustiedon perusteella (taulukko 2). Sitä, miten vakavasti tytöt suhtautuivat palautelomakkeeseen, ei voida varmuudella tietää. Ei ole myöskään selvää, miten onnistuneita annetut vastausvaihtoehdot olivat tyttöjen näkökulmasta. Lisäksi on mahdollista, että osa kysymyksistä ymmärrettiin väärin. Nämä ovat yleisiä kyselytutkimukseen liittyviä heikkouksia. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2007, 190). Kukaan tytöistä ei osallistunut jokaiselle tapaamiskerralle, joten tyttöjen palaute ryhmästä perustui täten niiden kertojen varaan, joille he osallistuivat. Tämä heikensi palautteen luotettavuutta. Lähes kaikki tytöistä vastasivat palautelomakkeeseen ja lomakkeet täytettiin nimettöminä, mikä tuki palautteen luotettavuutta ja vastausten rehellisyyttä.

Havainnoitsija voi kokea tilanteen eri tavalla kuin havainnoitava, ja havainnointi on aina valikoivaa. (Halvorsen 1992, 85.) Tässä opinnäytetyössä ohjaajien tekemät havainnot, palautelomakkeiden vastaukset ja työssä käytettyjen tutkimusten tulokset olivat keskenään samansuuntaisia, mikä lisää opinnäytetyön luotettavuutta. On tärkeää, että havainnoitsija on objektiivinen. Useamman havainnoitsijan käytöllä voidaan parantaa tutkimuksen objektiivisuutta. (Eskola & Suoranta 2000, 214.) Tässä opinnäytetyössä havainnoitsijoita oli kaksi. Objektiivisuutta saattoi heikentää se, että ryhmän ohjaajat toimivat havainnoitsijoina. Havainnoinnin luotettavuutta lisäsi se, että havaintoja kirjattiin ylös yksittäisin sanoin ja kommentein ryhmätapaamisten aikana ja tarkemmin heti tapaamisten jälkeen.

Ryhmätapaamisissa käytetty materiaali oli peräisin luotettavista lähteistä. Ryhmätapaamisissa punaisena lankana kulkeneet seksuaalisuuden portaat ovat Opetushallituksen julkaisema opetuspaketti, ja sen ovat kehittäneet Väestöliiton seksuaaliterveysklinikan asiantuntijat. Kolmannella tapaamiskerralla käytetty ”Tunnistatko väkivallan?” on Ensi- ja turvakotien liiton julkaisema posterit väkivallan eri muodoista. Posterissa on erityisesti nuorille suunnattuja esimerkkejä seurusteluväkivallasta. Kolmannella tapaamiskerralla käytetyt tarinat ovat peräisin internetin keskustelupalstoilta, mutta niitä muokattiin nuorten elämään sopiviksi.

9 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tukea yläasteikäisten tyttöjen itsetunnon kehittymistä ja vahvistumista keskustelemalla heidän kanssaan seksuaalisesta kehitymisestä ja seksuaalioikeuksista tyttöryhmässä. Opinnäytetyön tavoitteina oli tuottaa tyttöryhmän #PuhutaanSeksistä - sisältö sekä pilotoida #PuhutaanSeksistä -tyttöryhmämalli. Jokaiselle ryhmätapaamiselle oli suunniteltu aihe, joista yhdessä muodostui monipuolinen kokonaisuus. Tapaamisten sisällöt suunniteltiin siten, että niitä pystyttiin muokkaamaan ryhmän edetessä tyttöjen toiveiden ja ryhmän tarpeiden mukaan. Tapaamisten aiheet valittiin aikaisemman nuorten seksuaaliterveyteen liittyvän tutkimustiedon perusteella.

Ryhmätapaamisissa käsitellyt aiheet olivat kaveri- ja seurustelusuhteet, seksuaalisuuden kehitys, seurusteluväkivalta, raskauden ehkäisy ja sukupuolitaudit sekä itsetunto ja minäkuva. Tytöt suhtautuivat myönteisesti käsiteltyihin aiheisiin, ja niitä pidettiin ajankohtaisina. Järvisen (2007) kyselytutkimuksessa nuoret kertoivat, mitä heidän mielestään yläkoulun seksuaaliopetuksessa tulisi käsitellä. Tutkimuksessa nuoret toivoivat samoja aiheita kuin mitä tyttöryhmän tapaamisissa käsiteltiin. Erilaiset opetusmenetelmät edesauttoivat ryhmän monipuolisen sisällön muodostumista. Usean eri opetusmenetelmän käyttö saattoi myös ylläpitää tyttöjen mielenkiintoa ja innostuneisuutta ryhmää kohtaan. Se, että ryhmän tytöt olivat valikoituja, vaikutti ryhmätapaamisten sisältöön. Aiheiden rajaamisesta teki helpompaa se, että pystyimme oletta-
maan tytöillä olevan kokemusta esimerkiksi seurustelusuhteista ja seksuaalielämästä.

Ryhmätapaamiset koostuivat enimmäkseen keskusteluista ja tyttöjen omasta pohdinnasta. Tehdävämme ohjaajina oli mahdollistaa nuorten pohdiskelu aiheesta turvallisessa ilmapiirissä sekä huolehtia ajankäytöstä ja siitä, että keskustelu pysyi sovitussa aiheessa. Ryhmätapaamisissa tuli esiin tilanteita, joissa tytöt kysyivät meidän mielipidettämme asioista. Jos kysymyksiin oli mahdollista vastata viitaten lakiin tai muuhun luotettavaan lähteeseen, kerroimme vastauksen kyseisestä näkökulmasta. Usein kuitenkin kysyimme kysymyksen muilta nuorilta ja heidän mielipiteitään asiaan. Näin mahdollistui yhteinen pohdiskelu vapaassa ilmapiirissä. Osallistimme jokaisen ryhmän jäsenen keskusteluun. Lisäksi loimme ryhmässä positiivista ilmapiiriä ja toimimme keskustelun kannattelijoina. Tytöt olivat tyytyväisiä ohjaukseen ja ohjaajien toimintaan. Se, että olemme nuoria naisia, saattoi vaikuttaa siihen, että tyttöjen oli helppoa jutella ryhmässä ja samaistua meihin. Palautelomakkeissa mainittiin, että ohjaajien toiminnassa hyvää oli muun muassa rentous, positiivisuus, kuuntelutaito ja avoimuus. Myös Järvisen tutkimuksessa nuoret vastaajat mainitsivat seksuaaliopetuksessa tärkeäksi rennon ilmapiirin (Järvinen 2007).

Yläkoulu ryhmän järjestämispaikkana oli otollinen, sillä tyttöjen ei tarvinnut poistua koulualueelta kesken koulupäivien. Se, että ryhmä järjestettiin koulupäivien aikana koululla, edesauttoi tyttöjen osallistumista ryhmään. Yläkoulun entinen opettajainhuone toimi tilana hyvin, sillä

tyttöjen siirtyminen sinne oli helppoa. Tilasta löytyi kaikki tarvittava kuten liitutaulu, iso pöytä tuoleineen ja keittiönurkkaus. Tytöt olisivat halunneet ryhmän jatkuvan pidempään. Piironen (2006) tutkimuksesta selviää, että koulun antamaan seksuaaliopetukseen suhtaudutaan myönteisesti, ja nuoret toivovat sitä aikaisempaa enemmän. Tunti oli sopiva aika ryhmätapaamisen kestoksi niin ohjaajien kuin tyttöjenkin mielestä. Tunti riitti hyvin aiheen läpikäymiseen, ja tyttöjen keskittyminen pysyi yllä.

Nuortevan (2009) tutkimuksen mukaan nuoret eivät puhu paljon seksuaalisuuteen liittyvistä aiheista perheenjäsentensä kanssa, mikä tukee tyttöryhmän tarpeellisuutta. Myöskään ryhmään osallistuneet tytöt eivät juurikaan olleet keskustelleet ryhmässä käsitellyistä aiheista vanhempien kanssa. Ryhmään osallistuneet tytöt kuitenkin kokivat, että heidän on ryhmän ansiosta helpompi puhua seksuaalisuuteen liittyvistä asioista muun muassa kavereiden kanssa.

Tavoitteessa tuottaa tyttöryhmän sisältö ja pilotoida tyttöryhmän malli onnistuttiin huolellisten valmistelujen ja tarkan suunnittelun ansiosta erinomaisesti. Ryhmän sisältö toteutettiin monipuolisena ja pilotointi onnistui. Havaintojen ja palautelomakkeiden pohjalta voidaan todeta, että yläkouluikäisten tyttöjen seksuaalisen kehityksen tukeminen kouluterveydenhuollon ja opetussuunnitelman tarjoaman informaation lisäksi on erittäin tärkeää. Myös aikaisemmat tutkimukset tukevat tätä päätelmää. Tyttöryhmämallia voidaan käyttää tulevaisuudessa esimerkiksi yläkouluissa terveystiedon opetuksen yhteydessä terveydenhoitajan ohjaamana. Mallia voidaan soveltaa myös eri-ikäisten nuorten, niin tyttöjen kuin poikienkin seksuaaliterveyden edistämiseen.

Lähteet

- Aalberg, V. & Siimes, M. 2007. Lapsesta aikuiseksi - Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. 2. painos. Jyväskylä: Gummerrus kirjapaino.
- Aaltonen, J. 2012. Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Tampere: Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitos.
- Aho, T., Kotiranta-Ainamo, A. & Pelander, A. 2008. Puhutaan seksuaalisuudesta - Nuori vastaanotolla. Helsinki: Priimus paino Oy.
- Aromäki, K. 2010. Nuorten riskikäyttäytymisen ehkäiseminen verkostomallia hyödyntämällä. <http://www.minedu.fi/etusivu/arkisto/2010/1811/globalivastuu.html?lang=fi#alku>
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 4. painos. Jyväskylä: Vastapaino.
- Finlex. 2011. Laki perusopetuslain 11 §:n muuttamisesta. Viitattu 18.2.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2001/20010453>
- Finlex. 2013. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. Viitattu 16.2.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287>
- Halvorsen, K. 1992. Samhällsvetenskaplig metod. Lund: Studentlitteratur.
- Heikkinen, H., Rovio, E. & Syrjälä, L. 2006. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 1. painos. Vantaa: Kansanvalistusseura.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13.-14., osin uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Juopperi, S-M. 2012. 9.-luokkalaisten seksuaalikokemukset ja niiden suhde nuoren identiteetin muodostumiseen. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Pro gradu - tutkielma. Viitattu 19.2.2015. <http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/86711/Juopperi.Sanna-Mari.pdf?sequence=1>
- Järvinen, S. 2007. Seksuaaliopetus yläkoulussa: mitä, milloin ja miten - Lukion 2. ja 3. luokan oppilaiden ajatuksia seksuaalisuudesta ja sen opetuksessa yläkoulussa. Jyväskylän yliopisto. Lii-kunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Pro gradu - tutkielma. Viitattu 15.10.2014. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12292/URN_NBN_fi_jyu-2007694.pdf?sequence=1
- Kalliola, T., Kurki, A., Salmi, M. & Tamminen-Vesterbacka, T. 2010. Matkalla ohjaajuuteen. 1. painos. Helsinki: Kirjapaja.
- Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoa tarvitsevalle. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2008. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.

Kontula, O. & Meriläinen, H. 2007. Koulun seksuaalikasvatus 2000-luvun Suomessa. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos.

Kopakkala, A. 2008. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. 2. painos. Helsinki: Edita.

Kumpula, M. 2012. Nuorten sosiaalisen pääoman muotoutuminen kaverisuhteissa. Lapin yliopisto. Sosiaalityön koulutusohjelma. Pro gradu - tutkielma. Viitattu 18.2.2015. <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/77284/Kumpula.Maarit.pdf?sequence=1>

Kuortti, M. & Jähi, M. 2009. Riskillä vai ilman - Tutkimus tyttöjen seksikäyttäytymisen valinnoista ja niihin liittyvistä arvoista. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2009: 46.

Laakso, M. Sosiaalisten tekijöiden yhteys 15-18-vuotiaiden tyttöjen itsetuntoon ja ruumiinkuvaan. Itä-Suomen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden laitos. Pro gradu - tutkielma. Viitattu 1.2.2015. http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20130083/urn_nbn_fi_uef-20130083.pdf

Maailman terveysjärjestön (WHO), Euroopan aluetoimisto ja BZgA. 2010. Seksuaalikasvatuksen standartit Euroopassa - Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. Viitattu 12.11.2014. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80220/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246.pdf?sequence=1>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2014b. Fyysinen kehitys. Viitattu 18.9.2014. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/fyysinen_kehitys/

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2009. Keskinuoruuden kasvu ja kehitys - vanhempi nuoren kasvun tukena. Viitattu 22.10.2014. <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/245f0097ef0c1eca02687db1ae1381c4/1413981789/application/pdf/11828266/MLL%20-%20Keskinuoruuden%20kasvu%20ja%20kehitys.pdf>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2012. Kuulun! Välineitä ryhmän toiminnan tukemiseen. Viitattu 18.2.2015. http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/1366eed35c1026759de4462e4a8f9fcc/1424277613/application/pdf/15493454/MLL%20Kuulun_www.pdf

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2014c. Persoonallisuuden ja tunne-elämän kehitys. Viitattu 19.9.2014. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/persoonallisuus_ja_tunne-elama/

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2015. Vanhemmat nuoren seksuaalisen kehityksen tukena. Viitattu 16.2.2015. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/seksuaalisen-kehityksen-tukena/

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2014a. 12-15 -vuotias. Viitattu 18.9.2014. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/

Niemi, J. 2010. Seurusteluväkivalta nuorten kokemana. Tampereen yliopisto. Sosiaalitutkimuksen laitos. Pro gradu - tutkielma. Viitattu 25.1.2015. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/81555/gradu04280.pdf?sequence=1>

Niemistö, R. 2000. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. 4., korjattu painos. Tampere: Palmenia.

Nuorteva, A. 2009. Seksimyytin murtajat. Nuorten Akatemian selvitys 13-19-vuotiaiden nuorten ajatuksista liittyen seksuaalisuuteen, seksiin ja ehkäisyyn. Nuorten akademia. Viitattu 22.2.2015.

file:///C:/Users/Kipa/Downloads/Nuorten%20Akatemian%20selvitys%2013-19-vuotiaiden%20nuorten%20ajatuksista%20liittyen%20seksuaalisuuteen,%20seksiin%20ja%20ehkaisyyn%20(1).pdf

Nykänen, A-M. 2002. Tyttöjen välinen ystävyys - murrosiän ystävyysuhteiden kokemuksia. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 22.10.2014. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8933/annyka.pdf?sequence=1>

Opetushallitus. 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden muutos / luku 5.4. Oppilas-huolto ja turvallisuuden edistäminen. Viitattu 16.2.2015. http://www.oph.fi/download/155945_perusopetusmuutos_2014_luku_5_4.pdf

Piironen, M. 2006. Seksuaalisuus ja seksuaaliset riskitilanteet 7.- ja 9.-luokkalaisten kuvaamina ja suosituksia koulun seksuaalikasvatukseen. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Pro gradu - tutkielma. Viitattu 17.2.2015. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12238/URN_NBN_fi_jyu-2006200.pdf?sequence=1

Repo-Kaarento, S. 2007. Innostu ryhmästä. Miten ohjata oppivaa yhteisöä? 1.-2. painos. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Rinkinen, T. 2012. Nuorten kysymyksiä seksuaaliterveydestä Väestöliiton internetpalvelussa. Helsinki: Väestöliitto ry. Väestöntutkimuslaitos.

Salmivalli, C. 2005. Kaverien kanssa: Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Keuruu: Otava.

Samposalo, H. 2013. Juomatapojen yhteys alkoholihaittoihin ja riskikäyttäytymiseen 14-16 -vuotiailla nuorilla. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö. Akateeminen väitöskirja. Viitattu 16.2.2015. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/68106/978-951-44-9091-0.pdf?sequence=1>

Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä. Helsinki: WSOY.

Sosiaali- ja terveysministeriö ja Stakes. 2002. Kouluterveydenhuolto 2002. Opas kouluterveydenhuollolle, peruskouluille ja kunnille. Viitattu 16.12.2014. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104361/Oppaita51_2002.pdf?sequence=1

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2014a. Edistä, ehkäise, vaikuta - Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014-2010. Tampere: Suomen yliopistopaino Oy.

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2014b. Kouluterveydenhuolto. Viitattu 15.3.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/opiskeluhoito/kouluterveydenhuolto>

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2013. Peruskoulun 8. ja 9. luokan tyttöjen hyvinvointi 2004/2005-2013. Viitattu 18.1.2014. http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_2004_2013_pk_tytot.pdf

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2014d. Riskikäyttäytyminen ja tapaturmat. Viitattu 16.2.2015. <http://www.thl.fi/fi/web/tapaturmat/lapset-ja-nuoret/nuoret/riskikayttaytyminen>
Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2014c. Seksuaalisuus. Viitattu 17.9.2014. <http://www.thl.fi/fi/aiheet/tietopaketit/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>

Vehviläinen, S. 2001. Ohjaus vuorovaikutuksena. 2. painos. Helsinki: Gaudeamus.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Väestöliitto. 2014b. Seksuaalinen kehitys. Viitattu 17.9.2014. http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/seksuaalinen_kehitys/

Väestöliitto. 2014a. Seksuaaliopetus. Viitattu 25.10.2014. <http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/seksuaalikasvatus/seksuaaliopetus/>

World health organization. 2014. Defining sexual health. Viitattu 22.9.2014. http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/

Unicef. 2007. Child poverty in perspective: An overview of child well-being in rich countries. Innocenti Report Card 7. Viitattu 26.12.2014. http://www.unicef-irc.org/publications/pdf/rc7_eng.pdf

Taulukot

Taulukko 1. Tyttöryhmän aihe, tavoitteet ja osallistujamäärät	20
Taulukko 2. Liitetaulukko	36

Taulukko 2. Liitetaulukko

Tekijät, vuosi ja tutkimuksen nimi	Tutkimuksen tarkoitus	Kohderyhmä ja aineistonkeruumenetelmät	Keskeiset tulokset
<p>Nuorteva, A. 2009. Seksimyytin murtaajat. Nuorten Akatemian selvitys 13-19-vuotiaiden nuorten ajatuksista liittyen seksuaalisuuteen, seksiin ja ehkäisyyn. Nuorten akademia.</p>	<p>Selvityksen tarkoituksena on kartoittaa nuorten ajatuksia ja pohdintoja seksiin, seksuaalisuuteen ja ehkäisyyn liittyen. Selvityksestä ilmenee myös, mistä seksuaalisuuteen liittyvistä asioista nuoret puhuvat keskenään. Tavoitteena oli lisäksi selvittää mahdollisia väärinkäsitelyksiä, joita nuorilla on aiheeseen liittyen.</p>	<p>Aineisto kerättiin kouluvierailuilla ja kyselylomakkeella kolmesta eri koulusta pääkaupunkiseudulla. Koulut olivat yläkoulu, ammattikoulu sekä lukio. Nuoret olivat 15-18-vuotiaita, ja kyselylomakkeeseen vastasi yhteensä 68 opiskelijaa. Nuorten kanssa keskusteltiin, heitä havainnointiin ja nuoret vastasivat kouluterveyskyselyn kaltaiseen lomakkeeseen.</p>	<p>Yläkouluikäisten ryhmässä oli 22 oppilasta, joista poikia oli 17 ja tyttöjä 5. Tästä ryhmästä vain viisi oli sitä mieltä, että koulussa pitäisi puhua enemmän seksuaalisuuteen ja ehkäisyyn liittyvistä asioista. Loput kokivat, että koulussa käsitellään tarpeeksi aiheita. Nuoret puhuvat mieluiten ystäviensä kanssa seksuaalisuuteen ja ehkäisyyn liittyvistä asioista (ehkäisy, seurustelu ja parisuhde, seksi ja itsetyydytys). Yli puolet vastanneista ilmoitti kyselylomakkeessa keskustelewansa ystäviensä kanssa aiheesta. Selvityksen mukaan perheenjäsenten kanssa ei puhuta paljon seksuaalisuudesta.</p>
<p>Nykänen, A-M. 2002. Tyttöjen välinen ystävyys - murrosiän ystävyssuhteiden kokemuksia. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylän yliopisto. Pro gradu -tutkielma.</p>	<p>Pro gradu -tutkielmassa tutkittiin, mitkä ovat keskeiset elementit eli tytöille tärkeät asiat ja ystävyyttä kuvaavat keskeiset piirteet tyttöjen ystävyssuhteissa murrosiässä. Tutkielmassa selvitettiin lisäksi, kuinka tytöt viettävät aikaa yhdessä. Kolmantena tutkimusongelmana oli ystävyssuhteiden jatkuvuus, eli mitkä ovat ne tekijät, jotka saavat ystävyssuhteet jatkumaan. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena oli pyrkiä ymmärtämään tyttöjen murrosiän ystävyssuhteita.</p>	<p>Aineisto kerättiin teema-haastattelun avulla kymmeneltä 21-28-vuotiaalta naiselta. Teemahaastattelussa oli neljä teemaa, joista jokainen sisälsi tarkentavia kysymyksiä: ystävyys, ystävyys murrosiässä, ystävyyskäytännöt sekä ystävyssuhteiden jatkuvuus.</p>	<p>Haastateltavat pitivät murrosiän ystävyssuhteita erittäin tärkeinä. Tutkielmassa keskeisimpinä murrosiän ystävyssuhteiden elementteinä esiin nousivat luottamus, puhuminen, vastavuoroinen tukeminen, samantyylinen huumorintaju ja hiljainen riitelemine. Tytöt viettivät aikaa ystäviensä kanssa yökyläilyn ja hauskanpidon merkeissä. Ystävyssuhteiden jatkumiseen vaikutti fyysinen ja henkinen etäisyys, erilaiset elämäntilanteet, verkostojen laajuus sekä yhteinen historia.</p>

		2001-2008 ja kohderyhmänä olivat 14-16-vuotiaat.	Nuoren heikko itsekontrolli oli yhteydessä laittomuuksiin sekä seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen. Seksuaalinen riskikäyttäytyminen on yhteydessä alkoholinkäyttöön, humalajuomiseen ja runsaaseen kertajuomiseen. Päihdeongelmaiset nuoret ovat tutkimuksen mukaan erityisen alttiita seksuaaliselle riskikäytökselle nuoruusvuosinaan sekä myöhemmissä elämän vaiheissa päihteiden käytön jatkuessa ongelmallisena. Ydinperhe (sisältää molemmat vanhemmat) suojaa tutkimuksen mukaan nuoria alkoholinkäyttötilanteisiin liittyviltä laittomuuksilta.
Juopperi, S-M. 2012. 9.-luokkalaisten seksuaalikokemukset ja niiden suhde nuoren identiteetin muodostumiseen. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.	Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia nuorten seksuaalikäyttäytymistä ja heidän seksuaalisuuteen liittyviä tietojaan ja mielipiteitään sekä selvittää, miten nuoren kaveripiiri ja vanhemmat vaikuttavat nuoren seksuaali-identiteetin muodostumiseen.	Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeella, johon vastasi 145 rovaniemeläistä 9.-luokkalaista kahdeksasta eri koulusta. 143 vastausta analysoitiin. Tutkimukseen osallistuneista tyttöjen osuus oli 44 %. Nuoret vastasivat kyselylomakkeeseen keväällä 2008. Tuloksia analysoitiin ristiintaulukoinnin ja faktorianalyysin avulla.	Neljä viidestä työstä ajatteli seksiasioiden olevan omalla kohdallaan ajankohtaisia. Tytöistä 72 % oli sitä mieltä, että sukupuoliyhdyntä kuuluu ikäistensä seurusteluun, mikä luo paineita. Tyttöjen tiedot seksiin liittyvistä asioista olivat tutkimuksen mukaan parempia kuin poikien.
Kumpula, M. 2012. Nuorten sosiaalisen pääoman muotoutuminen kaverisuhteissa. Lapin yliopisto. Sosiaalityön koulutusohjelma. Pro gradu -tutkielma.	Tutkielmassa tutkittiin, millaista sosiaalista pääomaa nuorten kaverisuhteissa löytyy ja miten se vaikuttaa nuorten hyvinvointiin.	Tutkimuksen aineistona oli ”Nuorten hyvinvoinnin ankurit Lapissa” (ESR) -hankkeessa tehty kysely, joka suoritettiin peruskoulun 9.-luokkalaisten kyselyyn osallistui 24 koulua 15 Lapin kunnasta. Kyselyyn vastasi yhteensä 562 oppilasta. Aineiston analysoinnin perusmenetelmänä käytettiin ristiintaulukointia. Monimuuttujamenetelmistä aineiston analysoinnissa käytettiin faktori-, ryhmitely- sekä varianssianalyysia.	Luottamus ja osallisuuden tunne ovat tärkeitä ominaisuuksia, joita saadaan kokea kaveriporukassa. Tytöt kokevat poikia useammin saavansa tukea kavereiltaan ja arvostavat enemmän emotionaalisuutta ja läheisyyttä ystävyysuhteissaan. Yksinäisyyden kokeminen on yhteydessä kavereiden määrään. Harva laajaan kaveriverkostoon kuuluvasta kokee yksinäisyyttä. Kavereiden määrällä ja heiltä saatulla tuella ja hyväksynnällä on yhteys nuorten sosiaaliseen ja psykososiaaliseen hyvinvointiin.
Järvinen, S. 2007. Seksuaaliopetus yläkoulussa: Mitä, milloin ja miten - Lukion 2. ja 3. luokan oppilaiden ajatukset seksuaalisuudesta. Pro gradu -tutkielma.	Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mitä lukion 2.- ja 3.-luokkien oppilaiden mielestä seksuaalisuus käsitteenä tarkoittaa. Tarkoituksena oli myös selvittää, mitä	Tutkimukseen osallistui 57 lukion 2.- ja 3.-luokkien oppilasta. Vastaajista tyttöjä oli 27 ja poikia 30. Tutkimus toteutettiin kyselylomakkeella, jossa oli	Tutkimusvastausten mukaan seksuaaliopetuksesta tulisi rakentaa koko yläkouluiän kestävä jatkumo. Lukioikäisten nuorten mielestä 9. luokalla seksua-

<p>tuksia seksuaalisuudesta ja sen opetuksesta yläkoulussa. Jyväskylän yliopisto. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.</p>	<p>seksuaaliopetuksessa tulisi lukion 2.- ja 3.-luokkien oppilaiden mielestä opettaa yläkoulun 7.-, 8.- ja 9.-luokilla sekä millaisia menetelmiä opetuksessa tulisi käyttää.</p>	<p>avoimia kysymyksiä. Vastaukset analysoitiin aineistolähtöisesti sisällönanalyysin avulla.</p>	<p>liopetuksessa tulisi käsitellä ehkäisyä ja siihen liittyviä ongelmia, ehkäisyvälineisiin tutustumista, kondomin oikeaa käyttöä, raskaaksi tulemista, seksiä, yhdyntää, tunteita, rakkautta ja perheen perustamista. Lukioikäisten ehdotuksia seksuaaliopetuksessa käytettävistä opetusmenetelmistä oli muun muassa keskustelut erikokoisissa ryhmissä, ryhmätyöt, esitykset, vierailijat - esimerkkejä oikeasta elämästä, vierailut esimerkiksi ehkäisyneuvolassa, kalvot, näytelmät oikeasta elämästä - kieltäytyminen, julisteet, tietokoneet, kirjalliset lehtiset, videot, seksitohtorilaatikko ja teemapäivät. Vastaajat mainitsivat opetuksessa tärkeäksi huumorin ja rennon ilmapiirin.</p>
<p>Piironen, M. 2006. Seksuaalisuus ja seksuaaliset riskitilanteet 7.- ja 9.-luokkalaisten kuvaamina ja suosituksia koulun seksuaalikasvatukseen. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää, miten nuoret kuvaavat seksuaalisuuden, ja seksuaaliset riskitilanteet ja niistä selviytymisen.</p>	<p>Tutkimus toteutettiin kyselylomakkeella avoimin kysymyksin. Tutkimukseen osallistui 79 7.- ja 9.-luokkalaista. 7.-luokkalaista tyttöjä oli 17 ja poikia 19. 9.-luokkalaista tyttöjä oli 15 ja poikia 28. Aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä.</p>	<p>Tutkimuksen mukaan nuoret suhtautuvat myönteisesti koulun antamaan seksuaalikasvatukseen ja sitä toivotaan aikaisempaa enemmän. 7.- ja 9.-luokkalaiset nuoret pitivät seksuaalisina riskitilanteina raiskausta, sukupuolitauteja ja suojaamatonta yhdyntää, suunnitteleamatonta raskautta sekä hyväksikäyttöä ja ahdistelua. Näiden lisäksi 7.-luokkalaiset näkivät oman seksuaalisuutensa näyttämisen ja ilmaisemisen seksuaalisena riskitilanteena. 9.-luokkalaisille seksuaalisia riskitilanteita olivat edellä mainittujen lisäksi seksuaalinen häirintä ja ehkäisyn taitamaton käyttö. Oppilaille tulisi antaa mahdollisuus harjoitella seksuaalisia riskitilanteita esim. roolileikkien ja näytelmien avulla, koska riskikäyttäytymiseen voidaan tämän tutkimuksen perusteella liittää itsetunto, päätöksentekokyky ja tilanteenhallinta.</p>
<p>Rinkinen, T. 2012. Nuorten kysymyksiä seksuaaliterveydestä Väestöliiton internetpalvelussa. Helsinki: Väestöliitto ry.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli kuvata seksuaaliterveyteen liittyviä nuorten kysymyksiä Väestöliiton Internetpalvelussa. Tutkimuksessa haluttiin selvittää, mitä nuoret</p>	<p>Väestöliittoon on perustettu internetpalvelu vuonna 2001 vastaamaan nuorten seksuaalineuvon-</p>	<p>Tutkimuksen mukaan nuoret tarvitsevat perustietoja seksuaalisesta toiminnasta, mieheksi ja naiseksi kasvamisesta, raskaudesta, seksitaudeista, seuruste-</p>

	<p>kysyvät ja millaisista asioista nuoret eniten halusivat tietoa.</p>	<p>nan tarpeisiin. Nuoret voivat käyttää palvelua niemettömästi.</p> <p>Tutkimuksessa käytettiin nuorten internetpalvelun kysymys-vastauspalstalla julkaistuja viestejä vuosilta 2002, 2004 ja 2008. Kysyjistä 51 % oli tyttöjä, 24 % poikia ja 25 %:ssa ei selvinyt sukupuoli. Kysyjät olivat 11-17-vuotiaita. Kysymyksiä oli yhteensä 2 055. Tutkimusmenetelmänä käytettiin kuvailevaa laadullista terveystutkimusta. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.</p>	<p>lusta ja terveystilanteista. Ongelmallisissa tilanteissa nuoret tarvitsevat konkreettisia toimenpiteitä ongelmien ratkaisemiseen ja hoitokeinojen löytämiseen. Nuorten esittämistä kysymyksissä suurin osa liittyi seksuaaliseen toimintaan. Nuoret kuvasivat seksiin liittyviä haasteellisia tilanteita ja epäilivät näihin tilanteisiin liittyvän ongelmia.</p>
<p>Unicef. 2007. Child poverty in perspective: An overview of child well-being in rich countries. Innocenti Report Card 7.</p>	<p>Yhteenvedon tarkoituksena oli arvioida lasten ja nuorten hyvinvointia 21 kehittyneessä maassa. Tarkoituksena oli rohkaista tarkastelemaan, tehdä vertailua, herättää keskustelua ja kehittää käytäntöjä, joilla lasten ja nuorten elämää voitaisiin parantaa. Tutkimus mittasi ja vertaili lasten hyvinvointia kuuden dimension avulla, jotka kattoivat yhteensä noin 40 erillistä mittaria. Mittarit olivat olennaisia lasten elämän ja oikeuksien kannalta.</p>	<p>Kohderyhmänä olivat 21 kehittyneen maan 11-, 13- ja 15-vuotiaat lapset ja nuoret. Katsauksen tiedot ovat peräisin seuraavasta tutkimuksesta: Currie, C., ym. (toim) (2004) 'Young People's Health in Context. Health Behaviour in School-age Children Study' (HBSC): International report from the 2001/2002 Study, WHO Regional office for Europe.</p>	<p>Dimensiot eli tutkittavat asiat olivat lasten ja nuorten materiaalin hyvinvointi, terveys ja turvallisuus, koulutuksellinen hyvinvointi, ihmissuhteet, käyttäytyminen ja riskit sekä subjektiivinen hyvinvointi. Käyttäytyminen jaettiin terveyskäyttäytymiseen, riskikäyttäytymiseen ja kokemuksiin väkivallasta. Suomalaisien 11-15-vuotiaiden nuorten riskikäyttäytyminen on yleisempää kuin tutkituissa teollisuusmaissa keskimäärin. Nuorten riskikäyttäytyminen on tutkimuksen mukaan yleisempää vain Saksassa ja Isossa-Britanniassa.</p> <p>Katsauksen mukaan 14 % 11-15-vuotiaista suomalaisista nuorista polttaa tupakkaa vähintään kerran viikossa. Noin 25 % suomalaisista nuorista oli ollut humalassa vähintään kaksi kertaa elämänsä aikana, ja noin 8 % suomalaisista nuorista oli polttanut kannabista edeltäneen vuoden aikana.</p> <p>Synnytysten määrä tuhatta 15-19-vuotiaista suomalaista tyttöä kohden oli 10. Noin 28 % 15-vuotiaista oli ollut seksuaalisessa kanssakäymisessä. Vain noin 66 % suomalaisista 15-vuotiaista oli käyttänyt kondomia edellisellä yhdyntäkerralla.</p> <p>25 % 11-15-vuotiaista oli ollut osallisena fyysiseen väkivaltaan edeltäneen vuoden aikana ja</p>

			noin 24 % oli joutunut kiusatuksi viimeisen kahden kuukauden aikana.
Niemi, J. 2010. Seurusteluväkivalta nuorten kokemana. Tampereen yliopisto. Sosiaalitutkimuksen laitos. Pro gradu -tutkielma.	Tutkielmassa käsiteltiin 9.-luokkalaisten nuorten kokemuksia seurusteluväkivalta. Tutkielmassa selvitettiin, millaista seurusteluväkivalta on luonteeltaan ja sitä, millaisessa tilanteessa väkivaltaa tapahtuu. Lisäksi tutkielmassa selvitettiin, eroavatko seurusteluväkivaltaa kokevat nuoret sosiaaliselta taustaltaan muista nuorista ja altistaako seurusteluväkivalta myös muun tyyppiseen väkivaltaan.	Aineisto kerättiin Manner-Suomen suomen- ja ruotsinkielisissä kouluissa 9.-luokkalaisilta nuorilta lomakekyselynä (Nuorten turvallisuuskysely) vuonna 2008. Aineiston koko oli 5 775 vastausta. Piirteitä seksuaaliväkivalta kuvattiin esittämällä aineistossa esiintyviä vastausjakauksia. Taustatekijöiden ja muiden uhrikokemusten yhteyttä seurusteluväkivallan kokemiseen tutkittiin työssä käyttämällä ristiintaulukointia ja khiin neliö -testausta.	Seurusteluväkivaltaa kokeneista nuorista (yhteensä 102) tyttöjä oli 82 ja poikia 20. Tulosten perusteella nuorten seurusteluväkivalta on pääasiassa lievää väkivaltaa. Tyttöjen ja poikien kokemat seurusteluväkivallan teot tapahtuvat erilaisissa ympäristöissä. Tyttöihin kohdistuva väkivalta tapahtuu useammin yksityisessä asunnossa, kun taas poikiin kohdistuva väkivalta tapahtuu useammin ulkona tai muulla julkisella paikalla. Tulosten perusteella tytöt kertovat poikia harvemmin seurusteluväkivalta muille. Ongelmat kotona, oma riskikäyttäytyminen (päihteidenkäyttö ja rikosaktiivisuus) ja muut väkivaltakokemukset ovat yhteydessä seurusteluväkivaltaan. Seurusteluväkivaltaa kokevat nuoret ovat herkempiä muunkin tyyppisen väkivallan kokemiseen, ja he joutuvat useammin rikosten uhreiksi.
Kuortti, M. & Jähi, R. 2009. Riskillä vai ilman - tutkimus tyttöjen seksikäyttäytymisen valintoista ja niihin liittyvistä arvoista. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2009: 46	Tutkimuksessa selvitettiin nuorten naisten seksuaaliseen käyttäytymiseen liittyviä arvoja ja valintoja riskikäyttäytymisen näkökulmasta.	Aineisto koostui puolistrukturoiduista haastatteluista, joissa tutkittavat kertoivat henkilökohtaisista seksuaalisuuteen liittyvistä kokemuksistaan ja mielipiteistään ja kommentoivat haastatteluja edeltäneen seksuaalisuuteen liittyneen prosessidraaman ratkaisuja. Analyysimenetelmänä oli temaattinen sisälönanalyysi. (n=247)	Tutkimuksen mukaan nuorten monet seksikumppanit eivät välttämättä ole riskin merkki. Tytöt mainitsivat alkoholin olevan yksi mahdollinen elämän ensimmäiseen yhdyntään johtava tekijä. Muina ensimmäiseen yhdyntään johtavina tekijöinä tulivat esille kokeilemisen halu, kavereiden esimerkki ja neitsyydestä eroon haluaminen. Yhtäältä yhdynnän ehtona pidettiin seurustelua tai toisen hyvää tuntemista, toisaalta painotettiin sitä, että pitää kokea olevansa valmis yhdyntään.

Liitteet

Liite 1 Kutsu 9.-luokkalaisille tytöille	43
Liite 2 Palautelomake	44
Liite 3 Saatekirje vanhemmille	47
Liite 4 Seksuaalisuuden portaati	49
Liite 5 Tunnistatko väkivallan?	50
Liite 6 Tutkimuslupahakemus	51

Liite 1 Kutsu 9.-luokkalaisille tytöille

#PuhutaanSeksistä

#seksuaalisuus #ehkäisy #seurustelu #itsetunto

Ketäpä ei kiinnostaisi?!

Tervetuloa mukaan noin 7 hengen tyttöryhmään, jossa juuri nämä aiheet ovat käsittelyssä. Tarkoituksena on jutustelun ja puuhailun merkeissä viettää yhdessä aikaa ja kartuttaa tietoa omasta itsestä. Tapaamiset ovat koulupäivien aikana koulullanne, vanhan opettajanhuoneen tiloissa. Mukaan voit ilmoittautua kouluterveydenhoitajan kautta.

Tyttöryhmä on osa opinnäytetyötämme. Osallistujien henkilöllisyys ei tule selviämään työn missään vaiheessa ja ohjaajia sitoo vaitiolovelvollisuus.

Ryhmätapaamisissa tarjolla myös pientä purtavaa!

Tapaamiset:

1. to 15.1. klo 13-14
2. to 22.1. klo 9-10
3. ke 28.1. klo 12-13
4. ti 3.2. klo 14-15
5. pe 6.2. klo 10-11

Nähdään pian! - Roosa ja Kirsi

Liite 2 Palautelomake

Palautelomake #PuhutaanSeksistä-ryhmään osallistuneille

Olet osallistunut #PuhutaanSeksistä-ryhmään. Kerrothan meille mielipiteesi tyttöryhmän toiminnasta. Kyselylomakkeiden ja ohjaajina tekemiemme havaintojemme pohjalta kokoamme opinnäytetyömme raporttiosuuden. Kyselylomakkeet käsitellään nimettöminä, eikä raportista voi tunnistaa yksittäistä vastaajaa. On tärkeää, että vastaat kyselyyn huolella ja rehellisesti. Vastausten avulla on tarkoitus kehittää tyttöryhmätoimintaa.

Minkä ryhmässä käsitellyistä aiheista koit itsellesi tärkeimmäksi? Numeroi aiheet itsellesi tärkeimmästä vähiten tärkeimpään (1 = tärkein, 5 = vähiten tärkein). Merkitse lisäksi tapaamiset, joihin osallistuit.

Osallistuin:

1. tapaamiskerta	Kaveri- ja seurustelusuhteet	—	Kyllä/Ei
2. tapaamiskerta	Seksuaalisuuden portaat	—	Kyllä/Ei
3. tapaamiskerta	Seurusteluväkivalta	—	Kyllä/Ei
4. tapaamiskerta	Raskauden ehkäisy ja seksitaudit	—	Kyllä/Ei
5. tapaamiskerta	Itsetunto ja minä-kuva	—	Kyllä/Ei

Rengasta joka kohdassa neljästä vaihtoehdosta yksi, joka vastaa parhaiten kokemustasi.

Itsetunnon kehittymien

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
1. Minun on ryhmän ansiosta helpompi puhua seksuaalisuuteen liittyvistä asioista.	1	2	3	4
2. Tiedän miten toimia, jos kohtaan väkivaltaa parisuhteessa.	1	2	3	4
3. Tiedän, mikä on normaalia mustasukkaista käytöstä.	1	2	3	4
4. Uskallan kieltäytyä seksistä painostuksen alaisena.	1	2	3	4
5. Voin puhua kavereiden kanssa seksiin liittyvistä asioista.	1	2	3	4
6. Uskallan vaatia ehkäisyn käyttöä.	1	2	3	4

Muita kommentteja:

Seksuaalitietämys

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
7. Sain <u>hyödyllistä</u> tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista.	1	2	3	4

Kerro lisää, mistä asioista sait hyödyllistä tietoa?

8. Sain <u>uutta</u> tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista.	1	2	3	4
--	---	---	---	---

Kerro lisää, mikä oli uutta?

9. Aiheet olivat minulle ajankohtaisia.	1	2	3	4
---	---	---	---	---

10. Keskustelin aiheista myös ryhmän ulkopuolella esim. vanhempien tai kavereiden kanssa.	1	2	3	4
---	---	---	---	---

Muita kommentteja:

Ryhmän toimivuus

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
11. Ryhmän jäsenet olivat tasavertaisessa asemassa.	1	2	3	4
12. Sain halutessani puheenvuoron.	1	2	3	4
13. Minun oli helppo ilmaista mielipiteeni.	1	2	3	4
14. Ryhmässä toimiminen oli mielekästä.	1	2	3	4
15. Koin ohjaajien toiminnan hyväksi.	1	2	3	4

Mikä oli parasta ohjaajien toiminnassa?

Muita kommentteja:

Ryhmätapaamiset

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
16. Tapaamiskertojen määrä oli sopiva.	1	2	3	4
17. Tapaamiskertoja oli tarpeeksi usein.	1	2	3	4
18. Tapaamiskertojen kesto oli sopiva.	1	2	3	4
19. Osallistuin ryhmätapaamisiin mielelläni.	1	2	3	4
20. Odotukseni ryhmästä toteutuivat.	1	2	3	4

Muita kommentteja:

Kiitos palautteesta ja ryhmään osallistumisesta!

- Kirsi ja Roosa

Liite 3 Saatekirje vanhemmille

Hyvä nuoren huoltaja,

Perustamme keväällä 2015 toiminnallisen ryhmän 9-luokkalaisille tytöille. Ryhmän tarkoituksena on turvallisessa ilmapiirissä tarjota tietoa ja herättää ajatuksia nuoria kiinnostavista aiheista rennon keskustelun ja yhdessä tekemisen merkeissä. Ryhmässä käsiteltäviä aiheita ovat muun muassa seksuaalisuus, seurustelu, kaverisuhteet ja nuoren itsetunto.

Ryhmä on osa toiminnallista opinnäytetyötämme, jonka on tarkoitus valmistua keväällä 2015. Osallistujien henkilöllisyys ei tule selviämään opinnäytetyön missään vaiheessa ja ohjaajia sitoo vaitiolovelvollisuus.

Ryhmä kokoontuu viikon välein, yhteensä viisi kertaa. Ryhmän kokoontumisajat ovat: 15.1., 22.1., 28.1., 3.2. ja 6.2. Ryhmä kokoontuu koululla koulupäivien aikana.

Ystävällisin terveisin,

terveydenhoitajaopiskelijat

Roosa Lehmonen (roosa.lehmonen@laurea.fi) ja

Kirsi Perämäki (kirsi.peramaki@laurea.fi)

Nuoren ryhmään osallistumista varten tarvitsemme nuoren huoltajan suostumuksen.

Tyttäreni _____ saa luvan osallistua seksuaaliterveyttä tukevaan tyttöryhmään kouluaikana.

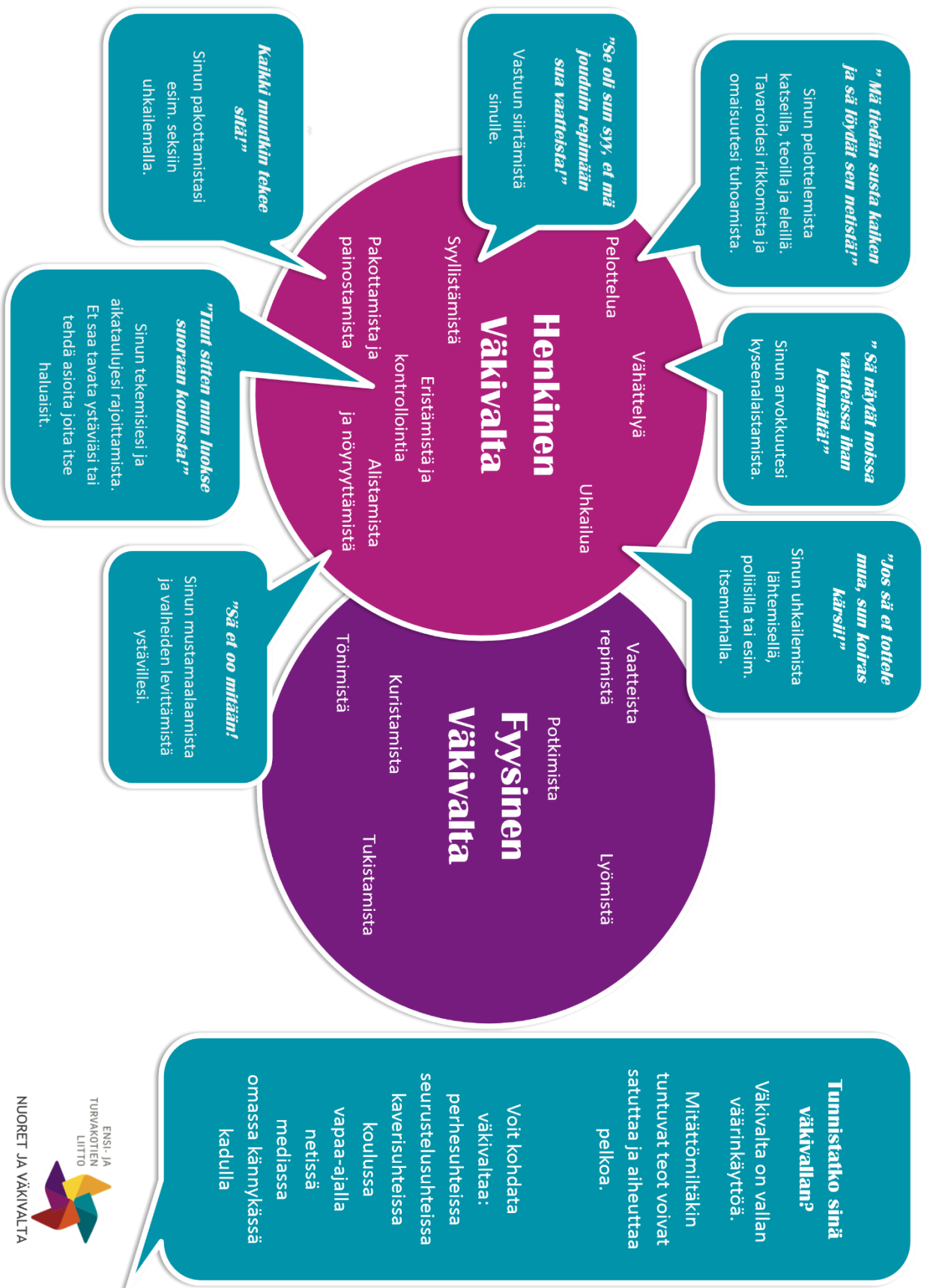
Allekirjoitus:

Pvm:

Ensimmäinen sivu jää huoltajalle, tämän sivun nuori palauttaa 31.12. mennessä kouluterveydenhoitajalle.

Kiitos!

Liite 5 Tunnistatko väkivallan?



Liite 6 Tutkimuslupahakemus

Rehtorin nimi

1.12.2014

Koulu

Osoite

Tutkimuslupahakemus

Pyydämme lupaa järjestää koulullanne seksuaaliterveyttä tukeva tyttöryhmä. Ryhmä on suunnattu 9.-luokkalaisille tytöille, ja ryhmään on tarkoitus osallistua 7-8 nuorta. Tyttöryhmä on toiminnallinen osuus opinnäytetyöstämme, joka tulee valmistumaan kevään 2015 aikana. Ryhmää suunniteltaessa olemme tehneet yhteistyötä kouluterveydenhoitajan kanssa. Terveystenhoitaja on lupautunut valitsemaan yhdessä koulukuraattorin kanssa tytöt, joille ehdottaa ryhmään osallistumista. Viimeisen ryhmätapaamisen yhteydessä keräämme tytöiltä palautetta ryhmässä käsitellyistä aiheista ja ryhmän toiminnasta. Palautteiden ja omien havaintojemme pohjalta teemme opinnäytetyömme raporttiosuuden. Tyttöjen osallistuminen ryhmään on vapaaehtoista. Vanhemmille lähetetään kirje, jossa heiltä pyydetään lupa nuoren ryhmään osallistumista varten. Nuoret palauttavat allekirjoitetut lupalaput kouluterveydenhoitajalle. Tapaamiset ovat koulupäivien aikana kerran viikossa, viiden viikon ajan tammi- ja helmikuun 2015 aikana. Kellonaika ja viikonpäivä vaihtelevat viikoittain. Opinnäytetyötämme ohjaa Lilja Palo.

Ryhmätapaamisten alustavat ajankohdat ovat 15.1. klo 13-14, 22.1. klo 9-10, 28.1. klo 12-13, 3.2. klo 14-15 ja 6.2. klo 10-11.

Pyydämme ystävällisesti vastausta mahdollisimman pian.

Ystävällisin terveisin, terveydenhoitajaopiskelijat

Roosa Lehmonen (roosa.lehmonen@laurea.fi) ja Kirsi Perämäki (kirsi.peramaki@laurea.fi), Laurea ammattikorkeakoulu, Porvoo.

Liitteet:

opinnäytetyö - suunnitelma, kutsu 9.-luokkalaisille tytöille, saatekirje vanhemmille ja kyselylomake